# విస్డమ్
## అవార్డుల సభ

1986 డిసెంబరు, 16 వ తేది

సాయంత్రం గం. 6-00 లకు

రాణి సీతై హాల్

మద్రాసు - 600 006.

అధ్యక్షులు :

**డా. వి. ఆర్. నెడుంజెళియన్**

తమిళనాడు ఆర్థిక శాఖా మంత్రి

తెలుగు ప్రత్యేక సంచిక ఆవిష్కరణ :

**శ్రీమతి ప్రేమా పాండురంగన్**

'సంస్కృతి' అధ్యక్షురాలు

(సలహా సంఘ సభ్యులచే విజేతలకు
'విస్డమ్' అవార్డుల బహూకరణ)

## ధ్యానం

# అనురాగం విలువ అత్యంత అమూల్యం



జేమ్స్ ఎలెన్

ప్రేమమయంగా ఉంటే జీవితం శోభాయమానంగా ఉంటుంది. ఎవరైనా నేరు చేసుకోవచ్చు. దానికి ఉద్రేకం చెందిపోయి కోపం తెచ్చుకోకు. ద్వేషానికి ప్రతీకారం ద్వేషం కాదు. ఆవేశాలు కావేశాలు వద్దు. పరస్పర స్పర్ధలు పనికిరావు.

ఒకరు ద్వేషించారంటే నీ వల్ల ప్రత్యక్షంగానో, పరోక్షంగానో నీకు తెలిసో తెలియకో వారికి ఏదో అపచారం సంభవించి ఉండాలి లేదా వారు నిన్ను తప్పుగా అపార్థం చేసుకుని ఉండాలి సహనభావంతో కొంచెం ఓపికపట్టు. ఆవేశాలవల్ల మనస్సులో సుడిగుండాలు తిరుగుతాయి. మనస్సు అల్లకల్లోలం అయిపోతుంది నెమ్మదిగా మంచిచెడ్డలు వివేకంతో ఆలోచించి సమస్యలను పరిష్కరించుకుంటే (మిగతా 7 వ పేజీలో)

## సంపాదకుని పేజీ

# ఆత్మావలోకనం చేసుకో

జీవితం సుఖమయం కాదు. మన జీవితంతో పాటు వచ్చేవే ఇబ్బందులు కూడా. నిత్య జీవితం కష్టపరంపర. కలిగిన కష్టాలు తాత్కాలికంగా బాధ కలిగించినా, ప్రచ్ఛన్నంగా ఎంతో లాభాన్ని కలిగిస్తున్నాయి. నీ కష్టాలు గానీ. ఇబ్బందులు గానీ, అపజయాలుగానీ వాస్తవంగా నిన్ను దిగ్విజయ సౌధాన్ని ఎక్కించే నిచ్చెనలే తప్ప క్రిందికి నెట్టించే పాములు కాదు.

కష్టాలను చాకచక్యంగా ఎదుర్కోవాలి. ఇబ్బందులను ధైర్యంగా నిభాయించుకుంటూ ఉదాత్తుడుగా ప్రవర్తించ గలిగినప్పుడే నీవు ఉన్నత స్థాయికి ఎదిగిపోతావు. ఇబ్బందులు పడాలని ఎవరు కోరుకుంటారు? కష్టాలంటే ఎవరికి ఇష్ట ముండదు? జీవితం సుమ సుకుమారంగా, తలపూవు వాడకుండా హాయిగా జరిగిపోవాలనే అందరూ ఆశిస్తారు. ఏదైనా కష్టం కలిగితే చాలు నిరాశ పడిపోయి ఆరాటంతో కుమిలిపోతారు; ధైర్యం నశించిపోతుంది. కష్టాలు పూర్తిగా వశం చేసేసుకుంటాయి. కష్టాలకు మనలో మనమే

**నూతన వత్సర శుభాకాంక్షలు!**

పాఠకులకూ, ఏజంట్లకూ,
ప్రకటనదారులకూ
మా హార్దికమైన నూతనవత్సర
శుభాకాంక్షలు

—సంపాదకుడు.

"నీటిలో పుటిన తామరకు నీరు అంటదు."

క్రుంగిపోతే ఆత్మ స్వాధీనం అడుగంటి పోతుంది. నిరాశపడిపోయిన వారిని ఎవరూ క్షమించరు. కష్టాలలో చిక్కుకుని బాధపడే వారికి మంచి మాటలతో ధైర్యోత్సాహాలు కలిగించు. కృంగిపోయి ఉన్న వారికి చైతన్యం కలిగించి లేవదీయి. వాళ్ళు సాధించిన విజయాల గొప్పతనాన్ని వారికి తెలియజెప్పు. ప్రపంచంలో ఎంతోమంది అనేక



కష్టాలను తాము అనుభవిస్తూ కష్టపడుతూన్న వారికి మానసిక ధైర్యం కలిగిస్తున్నారు. నిస్పృహకు కారణం, నిస్పృహ మంచి బయటపడే కీలకం రెండూ తమలోనే ఉన్నాయని గుర్తించాలి. వాస్తవంగా అటువంటి వాళ్ళే ప్రపంచానికి తాము భారం అనిపించుకోకుండా ఇతరులకు సహాయపడ గలుగుతున్నారు.

మనస్సులో ఏమీ తోచకుండా నిరాశతో, నిస్పృహతో క్రుంగిపోతూంటే ఆరాటం మాను. నువ్వు నువ్వుగా ప్రవర్తిస్తూ ధైర్యం తెచ్చుకో. నీవు పొందిన లాభాలను, అనుభవించిన సుఖసౌభాగ్యాలను, విజయాలను జ్ఞాపకం చేసుకో. నీ చుట్టు ప్రక్కల ఇరుగుపొరుగు వారిని చూడు. వారి కష్టాలు తెలుస్తాయి. హాస్పిటలుకు వెళ్ళి ఒక్కసారి చూస్తే ప్రత్యక్షనరకం కళ్ళముందర చూస్తావు. నీ కష్టాలు ఏపాటివో విలువ కట్టుకో గలుగుతావు.

ఎవరూ తాము భరించలేనంత దుర్భర జీవితాన్ని జీవించడం లేదు. ఒక్కసారి ఆత్మావలోకనం చేసుకో. నీ జయాలను, నీ లాభాలను తలచుకుంటూ అంతశ్శోధన చేసుకో. నిరాశతో నీవు నీమీద జాలిపడిపోవు. నీ కష్టాలు సుఖాలుగా మారతాయి. కష్టాలను ఎక్కడికక్కడ తెగతెంపు చేసుకుంటూ కష్టపరంపరను పెంచుకోకుండా విజయాన్ని పొందగలుగుతావు. మంచి సారవంతమైన భూమిలో పంటతో బాటు పనికిరాని కలుపు మొక్కలు ఏపుగా పెరిగినట్లు కష్టాలను పోషించిన కొద్దీ పెరిగిపోతాయి. భయపడుతూ కూచుంటే ఇంకా చిక్కులే ఎదురవుతాయి. నీలో నీవు ముడుచుకుపోకుండా ఉండడం నేర్చుకో. జన్మధన్యం చేసుకున్నవాడవు అవుతావు.

జీవితంలో ఎన్ని కష్టాలు సంభవించినా మానవుని క్రుంగదీయలేవు - అవి జ్ఞాపకం చేసుకో. నీటిలో మునిగిపోతున్నావంటే భగవంతుడు నిన్ను శుభ్రం చేయడానికే ముంచుతున్నాడు—నిన్ను నీళ్ళలో ముంచి ఊపిరి ఆడకుండా చేయడానికి కాదు.

## రెండు వజ్రాలకు ఒకే సమంగా "వేలిముద్రలు" ఉండవు

పైతలంమీద ప్రత్యేకంగా విభిన్నంగా కనిపించే గుర్తులద్వారా వజ్రాల నాణ్యతను, తెలుసుకోడం వజ్రాలకు "వ్రేలిముద్రలు" తీయడం అంటారు. ఏ రెండు వజ్రాలకు 'వ్రేలిముద్రలు' మానవుల వ్రేలిముద్రలు లాగ ఒకే సమంగా ఉండవు.

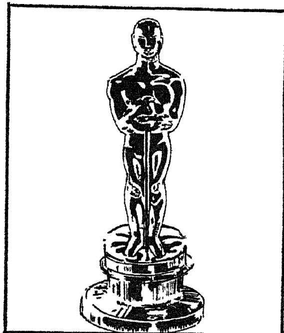
"తీవ్రంగా ఆత్మ పరిశోధన చేసుకున్న కొద్దీ మన అజ్ఞానం బయల్పడుతుంది."

# ఆస్కార్ అవార్డులు

హమీదుద్దీన్ మహమూద్

ప్రపంచంలో సినీమారంగానికి సంబంధించిన ప్రత్యేక కళా విభాగంలోను, విజ్ఞాన విభాగంలోను మేధావంతులైన సుప్రసిద్ధ నిపుణులకు ఆస్కార్ అవార్డులను బహూకరించి గౌరవించడం మర్యాదగా ఏర్పడింది.

ఆస్కారు అవార్డులను బహూకరించడానికి బ్రహ్మాండంగా ఫిల్మ్ ఉత్సవాలు నిర్వహించబడవు. సినీ ప్రేక్షకుల ఎన్నికలను, అభి



ప్రాయాలను గ్రహించరు. ప్రత్యేకంగా అవార్డుల కమిటీలు, సంఘాలు ఏర్పరచరు.

అనేక వారాలపాటు వివిధ విడతలు వారీగా ఆస్కార్ అవార్డులు తుది నిర్ణయాలతో పరిష్కారం చేస్తారు. సాంకేతిక విభాగానికి చెందని సాధారణ అవార్డులను సుమారు 13 మంది సభ్యులు ఉండే ఒక కమిటీ అన్ని ఎంట్రీలను పరిశీలించి 20 రకాలలో ఒక్కొక్క దానికి నియమిత నిర్ణయాలకు సన్నిహితంగా వచ్చే అయిదేసి ఎంట్రీలను నామినేటు చేస్తారు. ఈ విధంగా మొత్తం 100 నామినేషనులు వస్తాయి. తరువాత యు. ఎస్. అకాడమీ ఆఫ్ మోషన్ పిక్చర్ ఆర్ట్స్ అండ్ సైన్స్‌కు చెందిన 3,530 సభ్యులకు ముందుగా ప్రత్యేక నియమిత కాలంలో పై నామినేషను పొందిన చిత్రాలను అనేకసార్లు ప్రదర్శిస్తారు. వీరు

## సుభాషితాలు

నలుగురు కలచోటను దా
దల చూపుచు మెలగుచుండి ధన్యత గనగా
దలచెడి యాతడు నిచ్చలు
గల మాటలె పలుకుచుండగా దగు వేమా!

[సమాజంలో మర్యాదగా ఉండాలంటే ఎప్పుడూ నిజాన్నే పలుకుతూండాలి. అప్పుడే అందరూ గౌరవిస్తారు.]

* * *

చీకటింట బుట్టి చీకటి బెరిగిన
చీకటి మరుగువనె చిక్కనేల
చీకటి దెలిసిన సృష్టి కాన్పింపదా
విశ్వదాభిరామ వినుర వేమ!

[మానవుడు మాయలో పుట్టి, మాయలో పెరిగి, మాయలో తగులుకుంటున్నాడు. మాయను విడిచినప్పుడే సృష్టి రహస్యం తెలుస్తుంది.]

"ఒకటి ప్రధానం అనుకున్నప్పుడు రెండవదాన్ని విడిచిపెట్టక తప్పదు."

సూక్ష్మంగా పైన చెప్పిన 100 నామినేషను చిత్రాలను పరిశీలిస్తారు. అవార్డులకు ఇతర దేశాలకు చెందిన ప్రాంతీయ సంస్థలు పంపే ఇతర భాషల ఫిల్మలు తప్ప సాధారణంగా అన్ని ఎంట్రీలు అమెరికాలో రిలీజు అయినవై ఉండాలి.

సమర్థులైన నిపుణులు, ప్రవీణులు ఎంట్రీలను విశ్లేషకట్టడానికి ముందు హాలీవుడ్ పత్రికా రంగంలో దీనికి బ్రహ్మాండమైన ప్రచారం కలిగిస్తారు. ముఖ్యంగా వివిధరంగాలలో అవార్డులకు నామినేటు చేసిన అయిదేసి ఎంట్రీలు ప్రకటింపబడిన తరువాత వీటికి మరింత తీవ్ర ప్రచారం కలిగిస్తారు. అప్పుడు రహస్యంగా 3.530 మంది సభ్యులు సమావేశమై అవార్డుల తుది నిర్ణయం చేస్తారు. తుదినిర్ణయం చేయబడిన అవార్డీల పేర్లను విడివిడిగా కవర్లలో పెట్టి కవర్లు సీలు చేస్తారు. ఈ కవర్లు ఆస్కారు అవార్డుల ఉత్సవంనాడు సాయంకాలం 7 గంటల తరువాతే విప్పుతారు. బాక్సు ఆఫీసు ఫిల్ములకు, విజేతలకు వారి వారి అదృష్టాలను బట్టి మిలియన్లలో సొమ్ము లభిస్తుంది.

శబ్ద పరిజ్ఞానంలో సాంకేతిక విభాగానికి చెందిన అవార్డులు ఏడాది పొడుగునా జరిగే నిర్వహణలను, ప్రదర్శనలను పరీక్షించే ఎక్స్‌పర్ట్ కమిటీ సభ్యుల తుదినిర్ణయాలను బట్టి, సిఫారసులను బట్టి ఉంటాయి. నిపుణులు వివిధ సాంకేతిక విభాగాలకు నామినేషనులను పంపిన తరువాత అకాడమీ బోర్డు డైరక్టర్లు మార్కులను బట్టి తమ తుది నిర్ణయాలను తీసుకుంటారు

మొట్టమొదట మూకీ సినిమాలు టాకీ

## మీరైతే...?

(నవంబరు 1986)

("సమదృష్టిని అలవరుచుకో" అంటే?)

"చెప్పింది చెయ్యడం అలవాటు లేదే!"

—సౌదామిని, వెలుగుపీడు, (కర్నూలు జిల్లా)

* * *

"విస్‌డమ్" ఇమ్మని ప్రార్థిస్తాను."

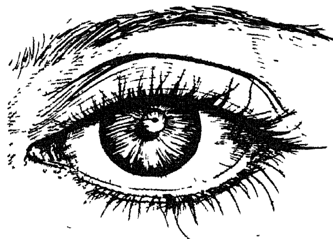
—కుమారి పి. అపర్ణ, తెనాలి.

* * *

"రిజర్వేషన్లను రద్దు చేయమంటాను."

—జి. గురునాథబాబు, ఆదోని, (కర్నూలు జిల్లా)

## కనురెప్పల నాడీ కణాలు అతి సుకుమారం



కనురెప్పల నాడీ కణాలు అతి సుకుమారంగా, అధిక చైతన్యవంతంగా ఉంటాయి రెప్పకి సూక్ష్మమైన దుమ్ముకణం అంటుకున్నా చాలు వెంటనే రెప్పలు మూతలు పడిపోతాయి.

"శతకోటి దరిద్రాలకు అనంతకోటి ఉపాయాలు."

సినీమాలుగా మారుతున్న సమయం 1927-28 సం. లో ఆస్కార్ అవార్డులు స్థాపింపబడ్డాయి. ప్రప్రథమంలో ఈ అవార్డులు అమెరికా ఫిల్ములకు మాత్రమే పరిమితమై ఉండేవి. అప్పుడు అకాడమీలో 200 మంది సభ్యులు మాత్రమే ఉండేవారు.

ఆ రోజులలో అవార్డు ఉత్సవాలు అంత బ్రహ్మాండంగా జరిగేవి కావు. మొదటి అవార్డుల సభ మే 16, 1929 న సాధారణంగా ఒక హోటలులో నిర్వహింపబడింది. 5 నామినేషనులు మాత్రమే అందాయి. అన్నీ అవార్డుల సభ జరగడానికి ముందుగానే ప్రకటింపబడ్డాయి. కాని ఇప్పుడు ఆస్కార్ అవార్డుల ఉత్సవం లాస్ ఏంజిల్స్ సంగీత కేంద్రంలో నిర్వహింపబడుతూంది. బ్రహ్మాండమైన ఈ ఉత్సవాన్ని ప్రపంచం అంతటా 75 మిలియను మంది టీ. వీ. లో చూసి ఆనందిస్తారు.

ఆస్కార్ అవార్డుల ఉత్సవం ప్రతి సంవత్సరం ఏప్రెల్ 9 వ తేదీన జరుగుతుంది. అమెరికాలో సినీ పరిశ్రమకు చెందిన ప్రతీవ్యక్తి ఆడ మగ అనే భేదం లేకుండా ఉత్సవానికి హాజరు అవుతారు. మొత్తం ఆస్కార్ ఉత్సవానికి అనేక మిలియను డాలర్లు ఖర్చు అవుతుంది. టీ.వీ. లలో 10 సెకండ్లకు మిలియను డాలర్లు వసూలు చేసారు.

## పాఠకుల అభిప్రాయాలు

"మనిషి పుట్టుకలో లేదు కులం
మనిషి పుట్టించిందే మతం."

—కె. శ్రీనివాసులు, తనకల్లు,
(అనంతపురం జిల్లా)

"పవిత్రప్రేమ అందచందాలకు
బాహ్యబంధాలకు బానిస కాదు."

—కోరాడ దుర్గారావు, చీపురుపల్లి,
(విజయనగరం జిల్లా)

( 3 వ పేజీ తరువాయి)

నీకూ నీ ద్వేషులకూ చిత్తం శాంతంగా ఉంటుంది. సమతాభావం ఏర్పడుతుంది. తిరుగుబాటు చేసి పోట్లాడటానికి ఉపక్రమించకు. లోకం నీ ఒక్కడిదే కాదు. అందరిదీ కసి తీర్చుకోవాలని క్రోధం పెంచుకోకు.

పరిస్థితులు ఎంత విషమించినా కరుణామయుడైన పరమాత్ముని 'ఓ దేవుడా! వారి అపరాధాలను క్షమించు. వారి తప్పులను మన్నించు' అని దీనాతిదీనంగా మొర పెట్టుకో, ప్రార్థించు. అపకారికో, ఉపకారికో అపకారం చేయడం ఎంతో సులభం. అది ఘనకార్యం కాదు అపకారికి ఉపకారం చేయడమే ఎంతో గొప్ప. అదే నేర్పరితనం ద్వేషం, అపకారం అనేవి ఎంత కొంచెమైనా వాటి దుష్ఫలితాలు, ప్రభావాలు బ్రహ్మాండం. కళ్లు కప్పేస్తాయి. అనురాగం విలువ అత్యంత అమూల్యం. అనురాగం వల్ల నీలో బయల్దేరిన ప్రతీకారం [illegible] ప్రబోధాలు [illegible] మారతాయి. [illegible] సమాజంలో మానవునిగా స[illegible] గలుగుతా[illegible] నిశ్చలమైన [illegible]త్వంలో ఎంతో సౌఖ్యం! దయ, స[illegible]ం శౌచం ఉంటే నెమ్మది కలుగుతుంది

"గ్రహబలమేమి శ్రీరామానుగ్రహ బలమే బలము."

# సార్థకంగా చదవాలంటే?

గ్రంథాలు, వార్తలు, ఉత్తరాలు మొదలైన వాటిని వ్రాసినవారు ఎంత జాగ్రత్తగా వ్రాసారో అంత జాగ్రత్తగా వాటిని చదవకపోతే అపార్థం చేసుకోడం సంభవిస్తుంది. ఉన్నది ఉన్నట్టుగాక తప్పు అర్థం చేసుకుంటాం.

చదివిన విషయం బాగా గ్రహించి జ్ఞాపకం పెట్టుకోడానికి క్రింది ఎనిమిది



సూత్రాలను అనుసరించండి:

1. ఏకాగ్రత వహించు పరధ్యానం లేకుండా, కలవర పడిపోకుండా సావధానంగా విషయాన్ని చదవడానికి కొంత కాలాన్ని ఏర్పాటు చేసుకో; ప్రత్యేకించుకో. అసలు విషయం సార్థకంగా అవగాహన చేసుకోడానికి నిరాటంకమైన, నిశ్చలమైన ఏకాగ్రత ముఖ్యం. అది అలవాటు చేసుకో.

2. విషయాన్ని విభజించుకో: శీర్షికను పరిశీలించు. ఏ విషయాన్ని గురించి వివరింపబడ్డది తెలుసుకో. ప్రస్తుతానికి ఉపయుక్తమైన వివరణకుగానీ, సమాచారానికిగాని ఉపయోగ పడే విషయసూచికగానీ, అనుక్రమణికగానీ ఉందో లేదో గమనించు.

3. ప్రశ్నించుకో: ప్రతి పేరాలోనూ, ప్రతీ అధ్యాయంలోనూ ముఖ్యమైన విషయాలేమిటి? మధ్య మధ్య ముఖ్య విషయాలేమైనా ఉన్నాయా? మంచి ప్రావీణ్యవంతులైనవారు ఎడతెరపి లేకుండా ప్రశ్నించుకుంటూనే చదువుతారు.

4. వ్రాసిపెట్టుకో: ముఖ్యమైన విషయాలు ఉంటే దానికి ప్రాముఖ్యత నివ్వు. ముందు చెప్పిన విషయాలకు సంబంధించిన వివరాలు ఎక్కడైనా మరోచోట ఉన్నవేమో పరిశీలించు. నీకు ఎక్కడైనా అర్థం కాకపోతే దాన్ని గుర్తు పెట్టుకో. తిరిగి చదువు మళ్ళీ చదువు. (మిగతా 73 వ

## ముఖచిత్రవ్యాఖ్య

(నవంబరు 1986)

"శాంతిదూత కళ్ళు కరుణామయం
బాలబాలికల హృదయాలు ఆనంద
మయం."
—కోరాడ దుర్గారావు, చీపురుపల్లి.

* * *

"విశ్వశాంతి దూత, మన తొలి దేశాధి
నేత."
—ధూళిపాళ కామేశ్వరరావు, విజయవాడ.

* * *

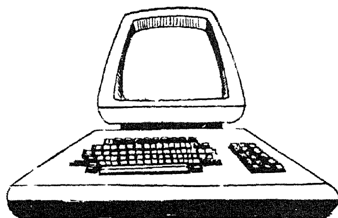
"చిరునవ్వులు చిందించే చాచా
చిరస్మరణీయుడవయ్యా మనసా! వాచా!
—ఎమ్. కె. చక్రవర్తి, నరసరావ్‌పేట.

"మాటలు కంటే చేతలు శ్రేష్ఠం."

# 5వ తరం కంప్యూటర్లు

కజుహిరో ఫూచీ

కంప్యూటర్లలో ఉపయోగింపబడే విడిభాగాలు లేక ముఖ్య భాగాలను బట్టి కంప్యూటర్లు రకరకాలుగా వర్గీకరింపబడ్డాయి. ఒకటవ తరం కంప్యూటర్లు వాక్యూంట్యూబ్ (శూన్యనాళం)తో నిర్మింపబడ్డాయి. రెండవ తరం కంప్యూటర్లలో ట్రాన్సిస్టర్లు ఉపయోగింపబడ్డాయి. మూడవతరం కంప్యూటర్లలో



ఇంటిగ్రేటెడ్ సర్క్యూట్లు ఉపయోగింపబడ్డాయి. పెద్దతరహా ఇంటిగ్రేటెడ్ సర్క్యూట్లతో నాలుగోతరం కంప్యూటర్లు నిర్మింపబడ్డాయి. జపాను దేశస్థులు తయారుచేస్తున్న 5వ తరం కంప్యూటర్లు ముఖ్యంగా కంప్యూటర్ విజ్ఞానంలో ఒక ముఖ్య నూతన ధర్మంతో పనిచేస్తాయి. దీనివల్ల కంప్యూటర్లకు క్రొత్తగా వివేచనాశక్తి కల్పించబడుతూంది.

5వ తరం కంప్యూటర్లు నిర్వహించడం చాలా సులభం. వీటికి ఎవరైనా ఆదేశాలు ఇవ్వవచ్చు. పురమాయించి పనిచేయించుకోవచ్చు. ప్రస్తుతం వాడకంలో ఉన్న కంప్యూటర్లు క్రమక్రమంగా వివరణాత్మకమైన ఆదేశాలను ఇస్తేగాని పనిచేయవు. కాబట్టి శిక్షణా నైపుణ్యంగల వ్యక్తులు ఏ కొద్దిమందో మాత్రమే వీటిని ఉపయోగించగలుగుతారు. కాని వివేచనాశక్తిని కంప్యూటర్లో కల్పిస్తే కంప్యూటర్ దానంతటదే తెలివిగా పని చేసేస్తుంది.

5వ తరం కంప్యూటర్లకు మనమాటలు తెలుస్తాయి; అర్థమవుతాయి. ఇంతవరకూ మానవుడు ఒక కంప్యూటర్ విధానానికి సంబంధించిన ప్రత్యేక భాషను తను నేర్చుకుని దానిని పనిచేయించడానికి శ్రమపడవలసి వచ్చేది. ఇకముందు భవిష్యత్తులో

## ప్రతి స్త్రీకి అయిదుగురు భర్తలు కావాలి

ప్రతీ స్త్రీకి మనసు తెలిసిన సహవాసి, కష్టపడే కుటుంబి, చిన్న తరహా బాంకరు, ప్రణయ మెరిగిన సౌందర్యారాధకుడు, లోకవృత్తం గ్రహించిన ప్రయోజకుడు వంటి భర్తలులాగే ప్రతి పురుషునికి కూడా వెన్నెల లొలికించే వెండితెర తార, పిలవగానే పలికే దాసి, జిహ్వ కింపయే రుచులు తెలిసిన పాకశాస్త్ర ప్రవీణురాలు, తన గొప్పలు వినే మూగది. ఉపచారం చేయడంలో శిక్షణగల నర్సు వంటి అయిదుగురు భార్యలు కావాలి.

-మాక్స్.

"తప్పు తంటాలతో ముందుకు పరిగెత్తడం కంటే
వెనుకకు సద్దుకోవడం ఎంతో ఉత్తమం."

రాబోయే కంప్యూటర్లు మన భాష, మన మాట అర్థం చేసుకుని పనిచేస్తాయి. మనం శ్రమపడక్కర్లేదు.

మన మాటలు అర్థం చేసుకుని కంప్యూటర్లు పనిచేస్తున్నా జ్ఞానం అనేది ఉంటేగాని వాటికి తెలివి లేక బుద్ధి ఉంది అని చెప్పలేం. ఒక కంప్యూటరులో మాట, తెలివి శక్తులు రెంటినీ కలిగించాలంటే దానికి వివేచనాశక్తిని కలిగించాలి.

సమానాంతర విధానంలో (parallel processing) ప్రశ్నలను సాధించే విధానాన్ని కంప్యూటర్లకు నేర్పించాలి. మానవుని మెదడు పనిచేసే విధానం పరిశీలించండి. ఇది ప్రశ్నలను సమానాంతరంగా సంవిధానం చేసుకుంటుంది. చదరంగం ఆటలో ఒక పావును ఎలా జరపాలా అన్న విషయంమీద కేంద్రీకరించుకోము. తుల్యమైన వివిధ జరిగింపులు లేక త్రోవళ్ళను గురించి ఆలోచిస్తాం. ఈ విధంగా ప్రశ్నకు సమకాలికమైన లేక ఏకకాలిక సమానాంతర విధానం అవలంబించడమే వివేచనాశక్తి: నిర్వహణ విధానం:

ఒక వ్యాపార సంస్థలో ఒక ప్రణాళిక ఏర్పరచాలనుకోండి. వివేకవంతమైన కంప్యూటరు ఈ ప్రణాళికకు కావలసిన ముఖ్య నిర్ణయాలను అవసరమైన లెక్కలతో వివరంగా ఇస్తుంది.

ఒక ఫ్యాక్టరీలో రాబోట్ - మానవ యంత్రాలకు కూడా ఈ శక్తిని కల్పించవచ్చు. ఇంతవరకు రాబోట్‌లు చేసిన పనినే తిరిగి తిరిగి చేస్తున్నాయి. ఈ రాబోటులకు కూడా క్రొత్త వివేచనా శక్తిని కల్పించి స్వంతంగా ఆలోచించి తగిన నిర్ణయాలు తీసుకునేటట్టు చేయవచ్చు. ఇళ్ళలో మన పిల్లలకు పాఠాలను నేర్పడానికి కూడా ఈ రాబోటులను ఏర్పాటు చేసుకోవచ్చు:

కంప్యూటర్లు మానవునితో సమానంగా యోచించి పనిచేస్తున్నప్పటికి మానవుని మేధస్సుతో సరిపోల్చడానికి వీలులేదు. మానవ మేధస్సు భౌతిక శరీరంలో ఒక ముఖ్య భాగం. దీనికి ఒక అవధి ఉంది.

మనం తెలుసుకోవలసిన సమాచారం క్రమక్రమంగా అనేకరెట్లు వృద్ధిపొందుతూంది. పరిష్కారం కనిపెడితేగానీ మానవ మేధస్సు ప్రేలిపోతుంది. ఇంతే గాకుండా ఒకే పని తిరిగి తిరిగి చేయటానికి విసుగు పుడుతుంది. పొరపాట్లు. తప్పులు ఏర్పడతాయి. ఇక్కడే మనకీ, యంత్రాలకీ తేడా: యంత్రాలు తప్పులు చేయవు:

## చైనాలో ఒక ట్రిలియన్ సిగరెట్లు తయారు చేస్తారు

ప్రపంచంలో విస్తారంగా పొగాకును పండించి, ఎక్కువగా సిగరెట్లను కాల్చడంలో చైనా మొదటి స్థానాన్ని ఆక్రమిస్తూంది. 250 మిలియను చైనీయులు (మొత్తం జనాభాలో 4 వ వంతు) సిగరెట్లు కాలుస్తారు. గత సంవత్సరం మొత్తం చైనా 1,000,000,000,000,000,000 (ఒక ట్రిలియన్) సిగరెట్లను ఉత్పత్తి చేసి రికార్డును స్థాపించింది.

"డబ్బు నీకు తిండిని మాత్రమే తెచ్చి పెట్టవచ్చు
ఇదే నీ ముఖ్య గమ్యము కాకూడదు."
—శ్రీరామకృష్ణ

# సమస్యను పరిష్కరించాలంటే?

స్వామి జ్యోతిర్మయానంద

1. సమస్యను మనస్సులో పెట్టుకుని తీవ్రంగా తదేకధ్యానంతో ఆలోచిస్తూ ఆరాటంతో ఆందోళనపడిపోకు. నిరంతరం దాన్ని గురించే తికమకలు పడిపోవడంవల్ల పొందే లాభం ఏంలేదు. నీ సమస్య మరింత కఠినంగా, మరింత తీవ్రంగా పరిణమిస్తుంది తప్ప వేరే ఉపకారం పొందలేవు.



స్వామి జ్యోతిర్మయానంద

2. జీవితంలో నీవు చేసుకునే పనులు, నీ కార్యక్రమాలు నీవు నిరాటంకంగా చక్కబెట్టుకొంటూ ఉండు. దిక్కు తోచకుండా నిరాశచెందబోకు. బెంబేలు పడిపోకు.

3. ధ్యానంతో, పరమార్థ చింతనతో సర్వ సమర్పణ భావంతో నీ అంతరాత్మలో ఉండే జీవశక్తి నుండి ఉత్తేజాన్ని పెంపొందించుకో.

4. సత్సాంగత్యంతో సామరస్య భావాన్ని పెంచుకో. మానవలోకానికి అహంకార రహితమైన నిస్వార్థసేవ చేయి. వేదాలు, ఉపనిషత్తులు, భగవద్గీత చదువు. పారాయణం చేయి.

5. సమస్యను [illegible]రించే నిరంతరం తపించిపోతూంటే నీ ఆత్మ రాజసగుణంతో, తామసగుణంతో అల్లకల్లోలమై పోయి నిలకడగా స్తంభించిపోతుంది. చిన్న చిన్న సమస్యలు కూడా కొండంతలుగా కనిపిస్తాయి. నిశ్చింతగా, నెమ్మదిగా సత్వగుణాన్ని పెంచుకుంటే ఎంత బ్రహ్మాండమైన సమస్య అయినా అతి సులువుగా పరిష్కారమవుతుంది.

6. తొందరపడకు. సావకాశంగా ఏరీ

## కాగితం మొట్టమొదట భారతదేశంలో తయారైంది

భారతదేశంలో బి.సి. 2వ శతాబ్దానికి ముందే కాగితం మొట్టమొదట తయారు కాబడినట్టుగా చారిత్రక ఆధారాలవల్ల తెలుస్తున్నట్టు పూనాలో హాండ్ మేడ్ పేపర్ ఇన్‌స్టిట్యూట్‌కు చెందిన పి. జి. గోస్వామి వెల్లడి చేస్తున్నారు. ఆ నాడు 'మాన విజయ వ్యాఖ్యానం' వంటి జైన తత్త్వ గ్రంథాలలో 'కాగద్' 'కాక్‌దశ్' (ఇంగ్లీషులో కాగితం) అనే పదాలు వాడబడ్డాయి.

"ఉత్సాహమే సర్వార్థములయందు మానవుని ప్రవర్తింప చేస్తుంది."

క్షించు. ప్రతీది సక్రమంగా నెరవేరి పోతుంది అని ధైర్యం తెచ్చుకో.

7 అనుక్షణం సర్వ చైతన్యవంతమైన దివ్యానుభూతిని పొందు. నీవు చిన్నపాపవై యున్నప్పుడు నీ కే చింతా లేదు; ఏ చిరాకూ లేదు. పరమాత్మని దివ్యసహాయంతో పెరిగి పెద్దయినావు. గాఢమైన నిద్రావస్థలో నీ శరీరంమీద నీకు ప్రజ్ఞ ఉండదు. అప్పుడు. నీకు పరమాత్మని దివ్యసహకారం ఉంది.

## ధర్మ విజయం



సంసిద్ధిలో ధార్మిక దిగ్విజయం ఉండదు. సిద్ధించనందువల్ల దాని పరువు పోదు; గౌరవం తగ్గదు. అధర్మాన్ని ఎదుర్కోడంలో ప్రకటితమయే బ్రహ్మాండమైన భౌతిక శక్తే వాస్తవమైన విజయమని ఆధ్యాత్మిక జీవితమును విశ్వసించే వారికి విదితమవుతుంది. ప్రత్యక్ష పరాజయ పరంపరలో ఆదర్శంపై చైతన్యవంతమైన విశ్వాసమే దిగ్విజయం.

—రవీంద్రనాథ్ టాగూర్

వీటిని వివేకంతో వివరించుకో. విశ్రాంతిని అనుభవించే ఆధ్యాత్మిక రహస్యాన్ని తెలుసుకో.

8. నీ శక్తికొలదీ ఆత్మ సామర్థ్యాన్ని పెంచుకో; వినియోగించుకో. అన్ని వేళల లోను నైతిక ఆధ్యాత్మిక ద్వారాలు తెరిచే ఉంటాయి. అంతరాత్మ శక్తి అనంతమైనది.

9. నీవే దివ్యాత్మవి. దివ్యాత్మ ప్రభావాన్ని స్మరించు. నీ మనస్సులో ఉండే అతీంద్రియ జ్ఞానశక్తిని పరీక్షించుకో. నిద్ర నుంచి మేల్కొన్నప్పుడు నీ స్వప్న సమస్యలకు విలువ శూన్యం. బ్రహ్మైకంలో నిన్ను నీవు తెలుసుకోగలిగావా, నీ జీవితంలో సమస్యలన్నీ ఎండకి మంచు కరిగినట్టు కరిగి పోతాయి.

## స్థూలకాయానికి వెల్లుల్లి మందు

స్థూలకాయానికి వెల్లుల్లి దివ్యమైన చికిత్సని మ్యూనిచ్ యూనివర్శిటీలో చేసిన పరిశోధనలవల్ల తేలింది. శరీరంలో అదనంగా చేరిన క్రొవ్వును వెల్లుల్లి బాగా తగ్గిస్తుంది. వెల్లుల్లి మెనెంజైటిస్ వ్యాధికి బాగా పని చేస్తుందని, రక్తపుపోటుని తగ్గిస్తుందని, మధుమేహవ్యాధిలో బ్లడ్ షుగర్ స్థాయిని తగ్గిస్తుందని, కొన్ని రకాలక్యాన్సర్ కంతులను నయం చేస్తుందని చైనాలో ఒక వైద్య పత్రిక ప్రకటించింది.

గుండె రోగాలకు, ఋతుస్రావ దోషాలకు రష్యాలో సాంప్రదాయక వైద్యులు వెల్లుల్లిని విస్తారంగా వాడుతున్నారు.

"చేసిన చెడ్డపని తిరిగి చేయక పోవడమే నిజమైన పశ్చాత్తాపం." —లూథర్

# కలం స్నేహితులు

(మీ పేరు, వయస్సు, చిరునామా, హాబీలు ఈ శీర్షిక క్రింద ప్రచురించబడాలంటే తగిన వివరాలతో సహా రూ. 5/-లు మనియార్డరు ద్వారా పంపండి. —సంపాదకుడు.)

1. పి. శ్రీనివాస్, s/o రాజయ్య, ముది మాణిక్యం, (కరీంనగర్ జిల్లా) 503 271.
కలంస్నేహం, సంఘసేవ, స్టాంపుల సేకరణ.

2. శివ్‌శంకర్, పి.ఇ.టి, 30 సం.లు, ఇం.నెం. 5-4-115/1, అన్నపూర్ణాటాకీసు, జగిత్యాల-505 327.
విజ్ఞాన యాత్రలు.

3. ఎస్. కమల, బి.ఏ., 22 సం.లు. D/o శ్రీ ఎస్. వెంకటయ్య, క్వార్టర్ నెం, డి-471 మూడవ జోన్, కల్యాణఖని, (అదిలాబాద్ జిల్లా) 504 231.
ఉత్తరాలు వ్రాయడం, చదవడం.

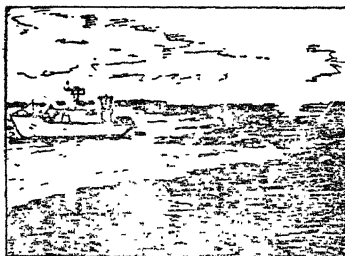
4. కె. అశోక్‌రెడ్డి, ఎస్. ఎస్. సి., 16 సం. లు, s/o కె. కామురారెడ్డి, పెద్ద కొరుపోలు పోస్టు, కేసముద్రం వయా, (వరంగల్ జిల్లా) 506 112.
విజ్ఞానదాయకమైన పుస్తకాలు చదవడం, తెలియని విషయాలు తెలుసుకోడం, కలం స్నేహం.

5. భైరకాటి నరసింహమూర్తి, అటెండరు, మొబెయిల్ కోర్టు. గుంటూరు జిల్లా కోర్టు కాంపౌండు, గుంటూరు - 522 004.
విజ్ఞానకరమైన పత్రికలు చదవడం, బయోలాజికల్ సైన్సు చదవడం, అందరితో స్నేహం.

6. వి. విక్టర్ శ్యామ్‌బాబు, ఇంటర్, పిప్పెర, గణపవరం తాలూకా (ప.గో. జిల్లా) 534 109.
కలంస్నేహం, జోక్స్ వేయడం.

7. కె. తారకేశ్వరస్వామి, బి కామ్, 19 సం.లు, 60/4/1, నస్కర్ పారాలైన్, బొటానికల్ గార్డెన్స్ పోస్టు, హౌరాజిల్లా (ప.బెం.) 711 103.
క్రికెట్, బాడ్మింటన్, నవలాపఠనం.

## మిక్కిలి వేడిగా ఉండే సముద్రం



పశ్చిమ ఆసియాలోని పర్షియన్ జలసంధి ప్రపంచంలో మిక్కిలి వేడిగా ఉండే సముద్రం. దీని ఉష్ణోగ్రత 96°F.

"తాను తెలివిగలవాడనని విర్రవీగేవాడు
పాపం! ఎంత గొప్ప మూర్ఖుడో కదా!" —వాల్టేర్

8. టి. సురేష్, s/o టి. కోటీశ్వర రావు, పాపరాజుతోట, చీరాల, (ప్రకాశం జిల్లా) 523 155.

కలంస్నేహం, దినపత్రికలు చదవడం.

9. ఎమ్ పురుషోత్తమరెడ్డి, డి.ఎజి. (ఆర్ట్స్). 24 సం.లు, శ్రీరామరంగాపురం, దేవలాపురం వయా, (బళ్ళారి జిల్లా) 583 129.

చిత్రలేఖనం, ఉపన్యాసాలివ్వడం, విమర్శించడం.

10. గరిగ నర్సయ్య, 19 సం. లు. C/o శ్రీధరయ్య, ఇం. నెం. 17, లుదు క్వార్టర్స్, రామకృష్ణపురం (ఆదిలాబాద్ జిల్లా) 504 301.

సంఘసేవ, పత్రికలు చదవడం, కలం స్నేహం.

11. గడ్డం భీమ్‌రెడ్డి, 18 సం. లు. కుమారిపోస్టు, నేరేడిగొండ వయా, బోథ్ తాలూకా (ఆదిలాబాద్ జిల్లా) 504 323.

అందరితో స్నేహం.

# సత్యం ఎప్పుడూ ఒక్కటే



సత్యం ఒక్కటే. ఒకే సత్యాన్ని అనేక మంది అనేక విధాలుగా వివరిస్తారు. అన్ని మతాలు ఆధ్యాత్మిక మార్గంలో భగవంతుని వివరిస్తాయి. భగవంతుడు ఒక్కడే. మార్గాలు మాత్రం వేరు వేరు.

విభజించే మతం భగవంతుని చేరడానికి మార్గం చూపలేదు.

ద్వేషభావాలవల్ల మాయ, అజ్ఞానం ఏర్పడుతుంది.

సమైక్యభావన సక్రమంగా పరమాత్ముని వైపు నడిపిస్తుంది.

భగవంతుడు రూపరహితుడు. అయినా అనంత రూపాలతో అవతరించగలడు.

పరమాత్ముడు అనంతగుణ పరిపూర్ణుడు; ఆద్యంతరహితుడు.

నిత్య సత్యస్వరూపుడు, పరమానంద రూపుడు.

ఏ రూపంలోనైనా పరమాత్ముని స్మరించవచ్చు.

మనస్సు ఇంద్రియాధీనమై ఉన్నంత వరకూ రూపాన్ని అపేక్షించి అనురాగం ఉంటుంది.

ఆధ్యాత్మకోన్నత శిఖరాలను అధిరోహించడానికి ఏదో ఒక భగవంతుని రూపమో, ఒక దేవాలయమో, ఒక మంత్రమో, ఒక గురువో సహకరించే సదుపాయాలు మాత్రమే.

— 'యోగశక్తి' సౌజన్యంతో

'భగవంతుడు అధికారం ఇచ్చింది పదిమందికీ ఉపకారం చేసి తరించమని, అపకారం చేసి అధోగతికి పొమ్మని కాదు.''

# శ్రమలో పొందే ఆనందం

సాధారణంగా కష్టపడి పనిచేసే వారందరూ ఆరోగ్యంగా ఉంటారు. వారు బాగా పని చేయ గలుగుతున్నారంటే వాళ్లు ఆరోగ్యంగా ఉన్నారు కాబట్టే. దీన్ని మరోవిధంగా కూడా వివరించుకోవచ్చు. వారు బాగా ఆరోగ్యంగా ఉన్నారంటే వాళ్ళు కష్టపడి పనిచేస్తున్నారు కాబట్టే. వాళ్ళకి వాళ్ళ పని అంటే ఎంతో ఇష్టం. ఎంతో గౌరవం.

శ్రమకు మించి చాలా గంటలసేపు పని చేసి ఆరోగ్యం చెడగొట్టుకోవచ్చు. కాని ఇటువంటి పరిస్థితులు జరుగకుండా చేపట్టిన పనిని ఉత్సాహంతో చేయగలిగితే అదే ఆరోగ్యానికి రక్ష. ఏ రోగాలు ఉండవు. శ్రమతో కూడిన పని, సాధన వ్యాయామం వల్ల రోగ్యం అభివృద్ధి పొందుతుంది. జీర్ణశక్తి బాగుపడుతుంది. మంచి ఆకలివేస్తుంది. రాత్రిళ్ళు కలతలేని మంచి నిద్రకు అవకాశం ఏర్పడుతుంది. ఈ విధంగా తగినంత శ్రమ శారీరక ఆరోగ్యాభివృద్ధికి తోడ్పడటమే కాకుండా ముఖ్యంగా మానసికంగా కార్య నిరతికి కూడా సహకరిస్తుంది.

అభిమానంతో పనిచేసుకునే వారికి తృప్తి, ఆనందం ఉంటుంది. జీవితంలో అంతా తమ మంచికొరకే అనే ఆశాభావం జనిస్తుంది. ఆత్మకు శాంతి లభిస్తుంది. పనులు చేసుకుందామనే మానసిక అభ్యుదయం ఏర్పడుతుంది. నిత్యజీవితంలో ఏర్పడే కష్ట నష్టాలకు క్రుంగిపోరు.

కార్యనిరతి చిట్కా వైద్యం కాదు. కార్యనిరతిలో సాధారణ ఆరోగ్య సూత్రాలను, నిబంధనలను వదులుకోవాలని లేదు. మందులు, ఔషధాలు అవసరం ఉండదని కాదు. కార్యనిరతివల్ల జీవితం సక్రమంగా సాగుతుంది. శరీరంలో వివిధాంగాలు సమైక్యంగా క్రమపద్ధతిలో పనిచేస్తాయి.

"ఆరోగ్యమే మహాభాగ్యం" అనే నానుడిలో ఎంతో అర్థం ఉంది. అభినివేశంతో పనిచేసేవారికి మానసిక ఆరోగ్యం ఉంటుంది. మానసిక ఆరోగ్యంవల్ల దేహారోగ్యం కలుగుతుంది ప్రతిరోజూ చేసుకునే పనులకు భయపడిపోకూడదు. ఆరోగ్యకరమైన సుఖజీవనానికి మార్గం కార్యనిరతి

—జేమ్స్ హయాత్

## విస్‌డమ్ పాత కాపీలు

మార్చి '82; ఫిబ్రవరి '83, మార్చి '83; ఫిబ్రవరి '84 నుంచీ జూన్ '84; ఆగస్టు '84 నుంచీ నవంబరు '84; జనవరి '85 నుంచీ డిసెంబరు '85; జనవరి '86 నుంచీ జూన్ '86 కాపీలు మావద్ద ఉన్నవి. '82 కాపీ వెల. పై 0.75 లు; 1983 కాపీల వెల. రూ. 1_75 లు; 1984 కాపీల వెల రూ. 11_00 లు; 1985 కాపీల వెల రూ. 14_75 లు. 1986 కాపీల వెల రూ. 8.75లు. రిజిస్టర్డ్ పోస్టులో పొందడానికి కాపీల వెలతో పాటు రూ. 2.75 చేర్చి M.O. పంపాలి. 'విస్‌డమ్' 9, దేశికారోడ్డు, మద్రాసు_600004.

—సర్క్యులేషన్ మేనేజర్.

"పడవ నీటిలో ఉండవచ్చుగానీ నీరు పడవలో ఉండరాదు. సాధకుడు సంసారంలో ఉండవచ్చు గాని సంసారము వానిలో నెలకొనరాదు."

# 'హార్స్‌పవర్' పుట్టుపూర్వోత్తరాలు

జహార్ కుమార్

ఆవిరియంత్రం కనిపెట్టడానికి ముందు మానవుడికి వినియోగపడిన శక్తికి మూలాధారం కండబలమే. ఒక్కొక్కప్పుడు తక్కువ బరువులను తాను మోసినా అధిక భారాలను లాగడానికి, మోయడానికి గుర్రాలను ఉపయోగించేవాడు. ఒక గుర్రం సగటున ఎంతపని చేయగలదో, ఆ పని రేటు ఎంతో మానవుడు తన అనుభవంవల్ల తెలుసుకో గలిగాడు. దానివల్లే 'స్టీమ్ ఇంజను' (ఆవిరియంత్రం) కనిపెట్టిన జేమ్స్‌వాట్ తన యంత్రాలను గుర్రాల శక్తితో సరిపోల్చి, ఒక్కొక్కటి ఇన్ని గుర్రాల శక్తికి సమానమని చెప్పి అమ్మేవాడు. తన ఆవిరి యంత్రాలకు శక్తిని అతి సులభంగా అర్థమయ్యే సరళమైన మాటలతో వాట్ చెప్పగలిగాడు. ఈ విధంగా 'హార్స్‌పవర్' (అశ్వశక్తి) శక్తికి ప్రమాణంగా ఏర్పడింది. దీన్నే హెచ్ పి. H.P.) అంటారు. గుర్రం చేసే పని రేటుని వాట్ ఎలా కనిపెట్టాడో తెలుసుకోవాలని మీరు కుతూహలపడవచ్చు.

దీనికి ఇతడు చిన్న ప్రయోగాన్ని చేశాడు. ఒక బొగ్గుగని నుంచి కొంత తెలిసిన భారం గల బొగ్గుని ఒక గుర్రంచేత పైకి లాగించాడు. గని క్రింద నుండి ఒక నిమిషంలో నిలువుగా ఎంత ఎత్తు పైకి ఎత్తబడిందో జాగ్రత్తగా గమనించాడు. దీనినిబట్టి కాలప్రమాణానికి గుర్రం ఎంత పని చేసిందో లెక్కకట్టాడు.

నిర్ణయించిన కాలంలో గుర్రం ఎంత దూరం ఎంత భారం పైకి ఎత్తిందో మదింపు చేశాడు. ఇదే గుర్రం పని చేయగల శక్తికి రేటు. దీనిని హార్స్ పవర్ (H.P) అన్నారు. ఒక హార్స్‌పవర్ 550 ఫుట్ పౌండు సెకండ్లకు సమానం.

ఇటీవల శాస్త్రజ్ఞులు, ఇంజనీరులు వాట్ అనేదానిని శక్తికి ప్రామాణికంగా వాడుతున్నారు. ఒక హార్స్‌పవర్ 746 వాట్లులకు సమానం.

మానవుని పని రేటు మితంగా ఉంటుంది. దీర్ఘకాలం పనిచేసేటప్పుడు ఇది సుమారు 80 వాట్లు (0.11 హెచ్. పి.) ఉంటుంది. అప్పుడప్పుడు అల్పకాలాలలో మానవుడు అత్యధికంగా 500 వాట్లు (0.67 హెచ్.పి.) పని చేయగలుగుతున్నాడు. ('అజీ' ఎంటర్‌ప్రైజెస్)

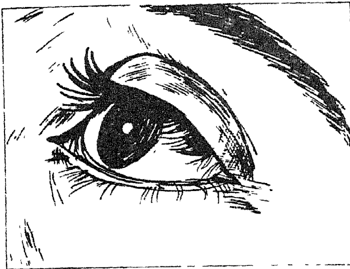
---

"విరిగిన పాలు, విరిగిన మనస్సు తిరిగి అతుకోవు."

# కన్ను-కంటిరక్షణ

"సర్వేంద్రియాణాం నయనం ప్రధానం."

మనకు భగవంతుడు ప్రసాదించిన పంచేంద్రియాలలో ముఖ్యమైనది చూపు. కంటిచూపు లేకపోతే ప్రపంచమే శూన్యం. మనం గ్రహించే జ్ఞానం 80 శాతం పూర్తిగా కంటి ద్వారానే జరుగుతూంది.



మన దేశంలో మొత్తం కంటిరోగాలలో 60 శాతం కుదుర్చుకోగల రోగాలు. 25 శాతం ముందు జాగ్రత్తలతో అరికట్టుకో గలిగిన రోగాలు.

కంటికి సంబంధించిన సమస్యలు, రోగాలు అనేకం. పోషకాహార లోపంవల్ల, అంటువ్యాధుల వల్ల 'ట్రాకోమా' (Trachoma) పరిణమించి పసిపిల్లలకు, యువకులకు అంధత్వం కలుగుతూంది. వయోజనులలో ముఖ్యంగా మధుమేహం (డయాబెటీసు), రక్తపుపోటు, నరాలకు సంబంధించిన ఇతర రోగాలవల్ల కాటరాక్టు (కంట్లో పొర), గ్లాకోమా ఏర్పడుతున్నాయి. ఇక 20-46 సంవత్సరాల మధ్య వయస్సు గలవారు ప్రమాదాల వల్ల, అపాయాల వల్ల దృష్టిని పోగొట్టుకుంటున్నారు. గ్రుడ్డి వెలుగులో చాలాసేపు చదవటం, అడ్డదిడ్డాలుగా కూర్చుని చదవడం. కళ్ళకు తీక్షణమైన కాంతి, పొగ, దుమ్ము సోకటం, దగ్గరగా కూర్చుని టీ. వీ. చాలాసేపు చూడటం, సక్రమమైన పోషకాహారం లోపించడం మొదలైనవి కూడా కంటి రోగాలకు కొన్ని కారణాలు.

కాటరాక్టు (Cataract) అంటే కంట్లో పొర శుద్ధ స్ఫటికం వంటి అక్షికటకం (Lens) గట్టిపడిపోయి పారదర్శకమై పోతుంది. దీనివల్ల అక్షరాలు అలుముకుపోయినట్టు కనిపిస్తుంది. ప్రకాశవంతమైన దీపాల చుట్టూ తెల్లని కాంతివలయము (గుడికట్టుట), రంగు రంగుల వలయాలు కనిపిస్తాయి. ఇది బాగా ముదిరిపోతే అంతా మబ్బుతెరగా కనిపిస్తుంది. స్పష్టంగా తేటగా కనిపించదు. ఇది ముఖ్యంగా వృద్ధాప్యంవల్ల సంభవిస్తుంది.

## రూ. 100 ల నోటు తయారీకి 17.29 పైసాల ఖర్చు

ఒక రూపాయి నోటు తయారీకి 4.91 పైసలు, పది రూపాయల నోటుకి 14.26 పైసలు, నూరు రూపాయల నోటుకి 17.29 పైసలు ఖర్చు అవుతుంది.

"అభ్యాస ఫలితమే శీలం కాబట్టి మంచి అలవాటులను అలవరచుకొనుటయే శీలమును చక్కపరచుకునే మార్గం."

అంతేగాకుండా కార్టిసోన్ (Cartisone) వంటి మందులు ఎక్కువగా వాడటంవల్ల, గాయాలు తగలడంవల్ల, X-రే కిరణాలు ఎక్కువసేపు కళ్ళకు తగలడంవల్ల కాటరాక్టు రావడానికి అవకాశాలు ఉన్నాయి. మధుమేహంతో బాధపడేవారికి కాటరాక్టు ఏర్పడే అవకాశం 4 రెట్లు అధికం. వంశపారంపర్యంగా సంక్రమించే ఆనవాయితీ కూడా ఉంది.

కంటిగ్రుడ్డులో ఉండే ద్రవపు ఒత్తిడి అధికమైనప్పుడు 'గ్లూకోమా' (Glucoma) సంభవిస్తుంది. దీనివల్ల కంట్లో తీవ్రమైన పోటు, తలనొప్పి, కడుపులో త్రిప్పుట, వాంతి సంభవించి అకస్మాత్తుగా దృష్టి మందగించి పోతుంది.

కంటిరెప్పలు, కంటిలో పొర (Conjunctiva) బాగా వాచిపోతాయి. చూచేటప్పుడు కంటిముందు వలయాలు, ఇంద్రధనుస్సులు కనిపిస్తాయి. కళ్ళు బాగా పోటు పెడతాయి. సకాలంలో తగిన వైద్యచికిత్స చేయించుకోకపోతే దృష్టి శాశ్వతంగా పోతుంది.

సులభంగా చికిత్సకు లొంగని వైరస్ అంటురోగంవల్ల ట్రాకోమా (Trachoma) ఏర్పడుతుంది. కళ్ళు ఎర్రబడిపోయి మంటతో, దురదతో నీళ్ళు కారతాయి. కనురెప్పలు లోపలకు చొచ్చుకుపోయి కంటిగ్రుడ్డు ముందు భాగంమీద మచ్చ ఏర్పడుతుంది. దృష్టి మందగించి పోతుంది. ముఖ్యంగా అనారోగ్య పరిస్థితులవల్ల, పారిశుద్ధత లోపంవల్ల ఇది వస్తుంది. ఈ రోగులు ఉపయోగించిన బట్టలు, తువ్వాళ్ళు, చేతిరుమాళ్ళు, తలగడలు ఇతరులు వాడటంవల్ల ఇది సులభంగా ఒకరి నుండి మరొకరికి అంటుకుంటుంది. పరిశుభ్రంగా లేని చేతులతో, వ్రేళ్ళతో కాటుక పెట్టుకోవడం, కళ్ళు నులుముకోవడంవల్ల కూడా ఇది కలగడానికి అవకాశాలు ఉన్నాయి.

పౌష్టికాహారలోపం: ఆహారంలో విటమిను 'A' లోపించడంవల్ల, ఆకుకూరలు

## ప్రపంచంలో మిక్కిలి ఎక్కువ భాగ్యవంతుడు!



ఆగ్నేయ ఆసియాలోని బోర్నియో లో బ్రూనీ (Brunei) నిరంకుశ ప్రభువు సం.ల వయస్సుగల సుల్తాన్ హాసన్ అల్ బోల్కియా (Sulthan Hassan al Bolkiah) ప్రపంచంలోనే మిక్కిలి భాగ్యవంతుడు. ప్రతీ సంవత్సరం ఇచ్చట లభించే నూనె మరియు సహజవనరుల మీది లాభాలు సుమారు 7 బిలియను (7000 మిలియను) యు. ఎస్. డాలర్లు.

"నీచమైన దానికోసం ఉన్నతమైన దానిని విడిచిపెడితే, అది త్యాగం అనిపించుకోదు."

లేని ఆహారంవల్ల, పోతపాలవల్ల పిల్లలకు కంటి ఆరోగ్యం చెడిపోతూంది.

కంటిదృష్టి దోషాలు కంటి దృష్టి దోషాలు నాలుగు రకాలుగా వర్గీకరింప బడ్డాయి. హైపరోపియా, మయోపియా, అస్టిగ్మాటిజం, ప్రెస్‌బయోపియా.

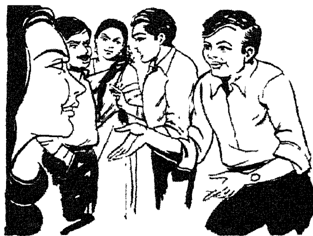
హైపరోపియా (దీర్ఘ దృష్టి): అంటే దగ్గరగా ఉన్న వాటికంటే దూరంగా ఉండే వస్తువులను బాగా చూడగలగటం. మయోపియా (హ్రస్వదృష్టి) కొంత దగ్గరలో ఉన్న వస్తువులు బాగా కనిపిస్తాయి. దూరంగా ఉన్నవి కనిపించవు. అస్టిగ్మాటిజం వల్ల వస్తువులు తేటగా కనిపించవు. చెదిరి పోతాయి. ప్రెస్‌బయోపియా అంటే వృద్ధాప్యం పొందుతూన్న దృష్టి అని అర్థం. 40 సం.లు వయస్సు దాటిన తరువాత అక్షి కటకానికి ఉండవలసిన మార్దవం, వశ్యత పోతాయి. దగ్గరగా ఉండే వస్తువులను చూచేటప్పుడు వస్తుబింబాన్ని సరిగా కేంద్రీకరించుకోలేరు. చిన్న అచ్చులో ఉన్న పుస్తకాలు చదవలేరు. సూది బెజ్జంలో దారం ఎక్కించలేరు.

ఆహారంలో పుష్కలంగా ఆకుకూరలు ఉపయోగించాలి. బచ్చలికూర, క్యారట్లు, మామిడికాయలు, బొప్పాయి, పాలు, వెన్న ఎక్కువగా వాడాలి. మంచి కాంతిలో చదవాలి. ఉత్తమమైన కాంతి పగటి వెలుగు. ఎడమవైపు నుంచి గానీ, వెనుక నుంచి గానీ వెలుగుపడాలి. కదులుతున్న కార్లలో, బస్సులలో, రైళ్ళలో చదవకూడదు. అప్పుడప్పుడు కళ్ళు మూసుకునో లేక నియమిత దూరంగా ఉన్న వస్తువులను చూస్తూనో కంటికి విశ్రాంతి కలిగించుకోవాలి.

కంటికి సమమట్టంలో 10 అడుగుల దూరంలో టీ.వీ. చూడడం ఉత్తమం. గదిలో దీపాలవెలుగు సూటిగా కంట్లో పడకూడదు. సంవత్సరానికి ఒకసారి మంచి కంటి వైద్యునిచేత కళ్ళు పరీక్ష చేయించుకుంటూ ఉండాలి. సూర్యోదయం, సూర్యాస్తమయం సమయాలలో సూర్యకిరణాలు తీక్షణంగా గాక చూడటానికి హాయిగా ఎరుపు రంగులో ఉన్నప్పుడు సూర్యుని చూడటం కంటికి మంచిది. ప్రొద్దుటిపూట 8-30 గంటలకు ముందు, సాయంకాలంపూట 5 గంటల తరువాత కళ్ళు మూసుకుని ఎండలో పదినిమిషాలపాటు ఉండవచ్చు.

('యోగా అండ్ టోటల్ హెల్త్'
సౌజన్యంతో)

## ముచ్చట్లాడటంఒక సౌందర్యమే



ముచ్చట్లాడటం సృజనాత్మకమైన వాక్ సామర్థ్యం. కట్టు కథలు కాదు. ఇందులో వహించే పాత్రలు వాస్తవ వ్యక్తులు.

('స్పుట్నిక్' సౌజన్యంతో)

"సారథి సమర్థుడైతే, ఇంద్రియాలనే గుర్రాలు
అదుపులో ఉండే ఉత్తమాశ్వాలు అవుతాయి."

# జంతువుల అతీంద్రియ శక్తి

జంతువులకు అపూర్వమైన అతీంద్రియ దృష్టి ఉంది. ఈ అపూర్వ జ్ఞానంవల్ల ఘోర విపత్తులను, ప్రమాదాలను సంభవించడానికి ఎంతో ముందుగానే పసిగట్టి జాగ్రత్త పడతాయి.



1883 వ సం.లో భయంకరమైన అగ్ని పర్వతం అకస్మాత్తుగా పగిలి ఈస్టుఇండీస్ దీవులలో క్రకటోవా (ఇప్పుడు ఇండోనేషియాలో ఒక భాగం) సుమారు మూటికి రెండువంతులు సముద్రంలో పూర్తిగా మునిగిపోయింది. అగ్నిపర్వతం ప్రేలడానికి కొన్నిరోజులు ముందుగానే నీరు నల్లబడిపోయింది. నీటిలో నివసించే జంతువులు ఈ ఘోరప్రమాదాన్ని పసిగట్టి ఆత్మరక్షణకోసం దూర ప్రదేశాలకు ఈదుకుపోయాయి.

ఈ జంతువులు అన్నీ పూర్తిగా ఆ ప్రదేశం వదిలి వెళ్ళిన కొద్ది గంటలకే పెద్ద సముద్ర కెరటం బయలుదేరి 30,000 మందిని పూర్తిగా నీటిలో ముంచేసింది. వాతావరణం అంతా విషవాయువులతో, పొగతో క్రమ్ముకుని పోయింది.

1955 వ సం.లో జోయిటా అనే పెద్ద సరకుల ఓడ సమోవా (Samoa) లో అపియా (Apia) నుంచి బయలుదేరి పసిఫిక్ మహాసముద్రంలో మెయిన్నా (Mainna) కు బయలుదేరింది. ఓడమీది పెంపుడుపిల్లి ఒకటి మెల్లిగా గట్టుమీదికి జారిపోయింది. ఎంత ప్రయత్నించినా ఆ పిల్లి ఓడ ఎక్కలేదు. ఓడ బయలుదేరి వెళ్ళిపోయింది. ఇది జరిగిన కొద్ది కాలానికే జోయిటా సముద్రంలో మునిగిపోయింది. ఓడమీద ప్రయాణం చేసే సిబ్బంది, ఇతర

## భారతదేశంలో జనాభాకి పది రెట్లు మూషికాలు

భారతదేశంలో మానవులు, మూషికాలు 1 : 10 నిష్పత్తిలో ఉన్నాయని అంచనా వేయబడింది. బొంబాయి నగరంలో గత పదిసంవత్సరాలలో ఒక మిలియను ఎలుకలు చంపబడ్డాయి. కలకత్తా ధాన్యపు గాదెలలో ఒక చదరపు మీటరుకు ఒక ఎలుక ఉందని ఎలుకలను పట్టేవారు చెబుతున్నారు. ఒక్క మూడు సంవత్సరాలలో ఒక మూషిక దంపతి 20 మిలియను ఎలుకలను ప్రవృద్ధి చేయగలదు.

(సిఇఇ - ఎన్ఎఫ్ఎస్)

"కవితలో ఉండే రసమాధుర్యం కవికికాదు వ్యాఖ్యాతకే తెలుస్తుంది."

ప్రయాణీకులు ఫిజీ దీవులకు ఉత్తరంగా కొట్టుకుపోయారు.

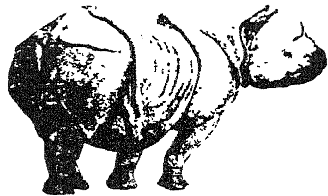
1966 వ సంవత్సరం జూన్ నెలలో విల్లియం ఫ్రాంక్‌లాండ్, అతడి భార్య, వారి ఇద్దరు చిన్న కుమార్తెలు కెంట్‌లోని వారి ఇంటి నుంచి లండన్ విమాన కేంద్రానికి బయలుదేరడానికి ప్రయత్నిస్తున్నారు. కారు సిద్ధం చేసుకుంటున్నారో లేదో ఇంట్లో కుక్క భయంతో కంగారుపడిపోయి కారెక్కడానికి ప్రయత్నించింది. ఈ హడావిడిలో పెద్దకుమార్తె చెయ్యి కుక్క కరిచింది. వాళ్ళు విమానాశ్రయానికి వెళ్ళేటప్పటికి విమానం బయలుదేరి వెళ్ళిపోయింది. ప్రయాణం ఆగిపోయింది.

తరువాత వారు ప్రయాణంచేయవలసిన ఆ విమానం పోర్చుగల్‌లో లిస్బన్ (Lisbon) దగ్గర కొండలలో పడి విరిగిపోయి చెల్లాచెదురై పోయింది. విమానంలో ప్రయాణీకులు అంతా ప్రాణాలు కోల్పోయారు.

## సముద్రపు నీటి కంటే ఎక్కువ ఉప్పగా ఉండే నీరు

ఉతా (అమెరికా)లో ఉన్న గ్రేట్ సాల్ట్ లేక్ మరియు పాలెస్టైన్‌లోని డెడ్‌సీలో నీరు మహాసముద్రాలలోని ఉప్పునీటి కంటే 6 రెట్లు ఎక్కువ ఉప్పగా ఉంటుంది. ఈ నీటిలో ఎవరైనా సులభంగా ఈదవచ్చు. కాని దీంట్లో చేపలు అసలు జీవించ లేవు.

## అంతరించి పోతున్న జంతుజాలానికి బంధనలో సంతానోత్పాదక సౌకర్యాలు



అంతరించిపోతున్న జాతులలో చైనాలోని పెరెడేవిడ్స్ డీర్ (లేడి) కు, ఇండోనేషియా మలయా దేశాలలోని సుమత్రాన్ రినో (ఖడ్గమృగం) కు, మంగోలియాలోని ప్రెజెవాల్‌స్కీ హార్స్ (గుర్రం) కు బంధనంలో సంతానోత్పాదక సౌకర్యాలు కల్పించే ప్రాజెక్టులు ప్రారంభించబడ్డాయి.

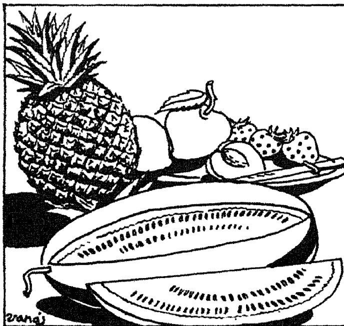
ఇప్పటికి 200 సంవత్సరాలకు ముందే పెరెడేవిడ్స్ డీర్ అంతరించిపోయింది. మచ్చుకు మాత్రం కొన్ని జంతుప్రదర్శనశాలలలో ఉన్నాయి. ప్రపంచంలో ఈ నాటికి సుమత్రాన్ రీనో (ఖడ్గమృగాలు) లు 850 మాత్రమే మిగిలి ఉన్నాయి. 1970 వ సం.రం ఆఖరుకే ప్రెజెవాల్‌స్కీ గుర్రాలు అంతరించిపోయాయి. ఇంకా జంతు ప్రదర్శనశాలలలో 600 రకాల జంతువులు అంతరించిపోతున్న ప్రమాద పరిస్థితులలో ఉన్నాయి.

(సిఇఇ - ఎన్.ఎఫ్.ఎస్.)

"సత్యము కాలమునకు అతీతము కాబట్టి కాలము వలన బంధింపబడిన మనస్సు సత్యమును కనుగొనలేదు."

# ఆరోగ్యాభివృద్ధికి సహకరించే విటమినులు-ఖనిజాలు

ఆహారంలో లభించే రకరకాల విటమినులు, రకరకాల ఖనిజాలు ఆరోగ్యాభివృద్ధికి సహకరిస్తాయి. సంపూర్ణ ఆరోగ్యంతో శక్తివంతంగా జీవించాలంటే ప్రతిరోజూ సక్రమంగా సరియైన మోతాదులో అవసరమైన



విటమినులు, ఖనిజాలు లభించే పదార్థాలను తింటూండాలి. చర్మరోగాలు రాకుండా ఉండడానికి, శరీరంలో మ్యూకస్ మెంబ్రేన్‌ను సంరక్షించడానికి జలుబులు పట్టకుండా ఉండటానికి విటమిను 'A' సహకరిస్తుంది. ఆకుపచ్చని బచ్చలి, తోటకూర మొదలైన ఆకుకూరలలోను, క్యారెట్లు, కంద, పెండలం వంటి దుంపకూరలలోను, అక్రూటుకాయలు. పీచెస్ వంటి పళ్ళలోను విటమిను 'ఎ' ఎక్కువగా లభిస్తుంది.

నరాలు బలపడి కార్బోహైడ్రేటులు, ఇతర క్రొవ్వు పదార్థాలు శరీరంలో వినియోగపడేందుకు విటమిను 'B' ఉండి తీరాలి. పొట్టుతో ఉన్న రకరకాల ధాన్యాలు, గింజలు, పప్పులు, ఈస్టు, చిక్కుడు, జాతి గింజలు, వేరుశనగ, పచ్చి బఠాణీలు, బంగాళాదుంప, అరటిపళ్ళు, ఆపిల్ పళ్ళు, జామ, నిమ్మజాతి పళ్ళు వగైరాలలో విటమిను 'B' విస్తారంగా లభిస్తుంది.

శరీరంలో ఎముకలు బలిష్ఠంగా పెరగడానికి, నోటిలో దంతాలను గట్టిగా ఉంచడానికి, సాధారణ శరీరాభివృద్ధికి తోడ్పడేది విటమిను 'C'. ఈ విటమిను 'C' ముఖ్యంగా ద్రాక్షపళ్ళు, ఆరెంజి, నిమ్మ, టొమాటో. ఆకుకూరలు, ముల్లంగి, బంగాళాదుంప మొదలైనవాటిలో పుష్కలంగా లభిస్తుంది.

## అనుకూలమైన వాతావరణాన్ని సృష్టించండి

మీరు కేవలం అనుకూలవంతమైన వాతావరణాన్ని సృష్టించడానికి సహకరించండి. అదే చాలు. మిగిలిన పనంతా ఆ వాతావరణమే జాగ్రత్తపడి ముగిస్తుంది. బలవంతమైన గాలి వీచినప్పుడు పండి ఎండిపోయిన ఆకులు కూడా పైకి ఎగిరిపోతాయి.

—వినోబాభావే

"పరిశుద్ధ జలంలో పోసిన పరిశుద్ధ జలంలాగే ఆత్మయొక్క ఏకత్వాన్ని దర్శించిన పురుషుని ఆత్మ పరిశుద్ధమైన అనంతాత్మ."

శరీరంలో ఎముకలకు, దంతాలకు భాస్వరం, కాల్షియం బాగా వినియోగపడటానికి విటమిను 'D' సహకరిస్తుంది. సాధారణంగా శరీరం పెరగడానికి, ఆరోగ్యాభివృద్ధికి విటమిను 'D' సహాయపడుతుంది. సూర్యరశ్మిలోను, పాలలోను, గ్రుడ్లలోను విటమిను 'D' ఎక్కువగా లభిస్తుంది.

కాల్షియంవల్ల ఎముకలు బలపడతాయి. దంతాలు గట్టిపడతాయి. చర్మంలో సూక్ష్మ రంధ్రాల పొరలు అభివృద్ధి చెందుతాయి. ముఖ్యంగా పాలలో, ఎండు పళ్ళు, ఆకు కూరలలో కాల్షియం లభిస్తుంది. పొట్టు తీయని ధాన్యంలోను, గ్రుడ్లలోను భాస్వరం విస్తారంగా ఉంటుంది.

బాగా రక్తాభివృద్ధి కలిగి శరీరంలో ఇతర అవయవాలు సక్రమంగా పనిచేయడానికి ఇనుము చాలా ముఖ్యం. పొట్టుతో ఉన్న ధాన్యం, ద్రాక్ష, అత్తి, ఖర్జూరం వంటి ఎండుపళ్ళు, చిక్కుడుజాతి గింజలు, కొన్ని రకాల ఆకుకూరలలోను ఇనుము కావలసినంత ఉంటుంది. ఆరోగ్యకరమైన ఉత్తమ ఆహారం తిని శరీరాన్ని రక్షించుకోవడం మన ధర్మం.

('హెరాల్డ్ ఆఫ్ హెల్త్' సౌజన్యంతో)

## ప్రఖ్యాతగ్రంథాలలో స్త్రీ

ప్రఖ్యాత గ్రంథాలు రచించిన మొట్టమొదటి పద్యకవి స్త్రీని ఒక పువ్వుకి పోల్చాడు. మొట్టమొదటి గద్యకవి స్త్రీని మరో స్త్రీతో పోల్చాడు.

## ధన మూల మిదం జగత్



మన నాగరికతలో విశ్వవ్యాప్తంగా ధనానికి వల్లమాలిన అభిమానం, గొప్ప గౌరవం ఉండటం ఆశాజనకమైన విషయం. ప్రపంచంలో ధనం చాలా ముఖ్యమైనది. ఆరోగ్యం, బలం, గౌరవం, ఔదార్యం, దాతృత్వం, సొగసు, సౌందర్యం అన్నీ ధనంమీదే ఆధారపడి ఉంటాయి. అన్నీ ధనానికి ముడిపడి ఉన్నాయి. దీనివల్ల ఉత్తముల హోదా, పరువు ప్రతిష్ఠలు ప్రసిద్ధి పొందుతాయి. నీచులు సర్వనాశనం పొందుతారు.

—బెర్నార్డ్ షా

## ప్రపంచంలో అతి పెద్ద నౌక

సుమారు అరమిలియను టన్నులకు పైగా భారముండే ఫ్రెంచి నౌక పీరీ గుయిలామెట్ (Pierre Guillaumat) ప్రపంచంలోనే బ్రహ్మాండమైనది. దీని ప్రమాణం 4 వ వంతు మైలు. ప్రతీ సంవత్సరం ఇది 20 మిలియనులకు పైగా నూనె పీపాలను రవాణా చేస్తూంది.

"సత్సాంగత్యం ఆత్మ వికాసానికి ముఖ్యాంగము."

# వనితాలోకం

**పగిలిపోయిన గాజుముక్కలు తీయడానికి:**

తాజా రొట్టిముక్కను చిన్న ఉండలా చేసి దాంతో పగిలి నేలమీద చెదిరిపోయిన గాజు ముక్కలను చేతిలో గుచ్చుకోకుండా తీసి పారేయవచ్చు.



**జాడీకి అతికించిన లేబిల్ తీయడానికి:**

జాడీకి అతికించిన లేబిల్ పూర్తిగా తీయాలంటే జాడీలో వేడినీళ్ళు పోసి మూతపెట్టి పదినిమిషాలపాటు ఉంచితే లేబిల్ దానంతట అదే ఊడి చక్కా వస్తుంది.

*   *   *

**ఉడకపెట్టేటప్పుడు గ్రుడ్లు పగిలిపోకుండా ఉండటానికి:**

గ్రుడ్లను ఉడకబెట్టేటప్పుడు అవి పగిలిపోకుండా ఉండేందుకు గ్రుడ్లను నీళ్ళలో వేసే ముందు ఒక పెద్దసైజు సేఫ్టీ పిన్నును నీటిలో పడేయాలి. గ్రుడ్డును వేడినీటిలో పడవేసినప్పుడు చల్లగా ఉండే గ్రుడ్డు షాకుని సేఫ్టీ పిన్ను గ్రహిస్తుంది. గ్రుడ్డు పగిలిపోదు.

*   *   *

**నిమ్మకాయలను ఉడికే నీళ్లలో వేయండి:**

నిమ్మకాయలనుండి రసాన్ని పూర్తిగా గ్రహించాలంటే వాటిని కొద్ది నిమిషాలపాటు వేడినీళ్ళలో ఉంచండి.

*   *   *

**టర్పెంటైన్ ఉపయోగించి పెయింటును పోగొట్టవచ్చు**

సాధారణంగా పెయింట్లను, వార్నిషులను పోగొట్టాలంటే టర్పెంటైన్‌తో తీసివేయవచ్చు. కాని క్రొత్తగా వచ్చే పెట్రోలియమ్ పెయింట్లకు మాత్రం ఎమైల్ అసిటేట్ (amyl acetate) ఉపయోగించాలి.

**ఉపయోగించిన టీ పొడి:**

టీ తయారు చేసుకున్న తరువాత పడపోయగా మిగిలిన టీ పొడితో చేతులు శుభ్రంగా కడుగుకోవచ్చు. సోపు మిగులుతుంది.

*   *   *

**తయారైన ఆహారం బాగా రుచికరంగా ఉండాలంటే:**

వండిన కూరగాయలలో నీటిలో కరిగే పోషక పదార్థాలు పోకుండా వాటిమీద కొద్దిగా నిమ్మకాయ రసం పిండాలి. దీనివల్ల వాటికి మంచి రుచికూడా ఏర్పడుతుంది.

"భగవత్సాక్షాత్కారం పొందిన వాని దృష్టిలో విగ్రహం మృణ్మయంకాదు, చిన్మయం."

# ఉప్పు — అద్భుత చరిత్ర

రాఘవేంద్రరావు

సాధారణంగా మనం 'లవణం' అనే సంస్కృత పలుకుని 'ఉప్పు' అని తెలుగులో అంటాం. నిత్య జీవితంలో దీని ప్రాముఖ్యత అంతా ఇంతా కాదు. షడ్రసాలలో ఇది ఒకటి. తెలుగువారి పలుకుబడిలో కూడా ఇది ఎన్నో రకాలుగా ప్రవేశించింది. మాట్లాడలేకపోతే—విద్యాగంధం లేకపోతే—ఉప్పు పత్రి లేదంటారు. జీవితానికి ముఖ్యంగా అవసరమైన వస్తువులు 'ఉప్పుతో తొమ్మిది' అన్నారు. ఒకరి ఆస్తిని



గానీ, పిత్రార్జితాన్ని గానీ అనుభవిస్తూంటే ఉప్పు తింటున్నాడు అంటారు. ఇక ప్రతీ రోజూ ఉప్పుకాయ, ఉప్పెనకాయ, ఊరగాయ ఉంటేగాని ముద్ద దిగదు. ఉపవాసం ఉంటే ఉప్పుపిండి చేసుకుంటారు. అదే ఉప్పుమావు (ఉప్మా). ఉప్పుడు బియ్యం ఆరోగ్యానికి మంచిదంటారు. కొంచెమైనా విలువలేక ఎందుకూ పనికిరాని వానిని ఉప్పు రాతికి మారడు, ఉప్పురాతికి చెల్లడు అంటారు.

చిన్నపిల్లలు ఆడుకునే ఆట ఉప్పుమూటలేక ఉప్పుబస్తాలు. ఒక జట్టువారు ఉప్పు దొంగిలిస్తూంటే రెండో జట్టువారు వాళ్ళను పట్టుకునేటట్టు అభినయించడం.

ఉప్పుతో ఊరగాయ వేసుకోని భారతీయులుండరు. ఉప్పులేని తిండి చప్పిడితిండి. "ఉప్పులేని కూర యొప్పదు రుచులకు, పప్పులేని తిండి ఫలము లేదు," అన్నాడు వేమన.

ఈ ఉప్పుని రసాయనిక శాస్త్రంలో సోడియం క్లోరైడ్ (Sodium Chloride) అంటారు. మానవ శరీరంలో ఎప్పుడూ మూడున్నర ఔన్సుల పరిమాణంలో ఉప్పు ఉంటుంది. ఉప్పుతినడం మానేస్తే శరీరావయవాలు పనిచేయవు. క్రమంగా శరీరం నీరసించిపోతుంది. చివరకి మరణం సంభ

## మిలటరీ అవసరాలకు వెచ్చించే ధనం

సంయుక్త రాష్ట్రాల అంతర్జాతీయ బాలల అత్యవసరనిధి యునిసెఫ్ (United Nations International Children's Emergency Fund) ప్రకటన ప్రకారం 1000 కి 100 మంది మరణించే అత్యధిక శిశుమరణాలు గల 43 దేశాలు శిశు ఆరోగ్యాభివృద్ధికి వెచ్చిస్తూన్న దానికంటె 3 రెట్లు అధికంగా సొమ్ము మిలటరీ అవసరాలకు వెచ్చిస్తున్నారు.

"ఇతర బాహ్య శత్రువులతో ఎందుకు పోరాటం?
నిన్ను నీవు జయించుకుంటే సుఖపడతావు." —మహావీర

విస్తుంది. మానవుని మనుగడకు నీరు, గాలి ఎంత ఆవశ్యకమో ఉప్పుకూడా అంతే ముఖ్యం.

ఆదిమకాలంలో మానవులు ఉప్పిడి ప్రదేశాలు (Salt Licks) దగ్గర నివాసాలు ఏర్పరచుకునే వారంటే ఆశ్చర్యం లేదు. ఈ ఉప్పు ప్రదేశాలు (Salt Licks) సుమారు 150 మిలియను సంవత్సరాలకు పూర్వమే ఏర్పడి ఉండాలి. వరుసగా కొన్ని ఏళ్ళ తరబడి ఏర్పడిన వర్షాభావంవల్ల ఆఫ్రికాలోను, ఆసియాలోను అనేక నదులు, సరస్సులు, ఇతర నీటి వనరులు పూర్తిగా ఎండిపోవటం వల్ల ఇవి ఏర్పడ్డాయి.



సముద్ర జలాలలో ఉప్పు బ్రహ్మాండంగా లభిస్తుంది. ఒక ఘనమైలు (4.2 కి.మీ.$^3$) పరిమాణపు సముద్రపు నీటిలో 166 మిలియను టన్నుల ఉప్పు లభిస్తుంది. మొత్తం మీద సముద్రంలో లభించే ఉప్పు అన్ని ఖండాలలోను భూతలం మీద 152 మీటర్ల ఎత్తుగా సమ మట్టంగా సర్దవచ్చు.

సాధారణంగా మనం అందరం వాడుకునే ఉప్పుకి వ్యాపార రీత్యా ముఖ్య ఆధారం సముద్రమే అయినప్పటికి సముద్రంలోకి ఇంత ఉప్పు ఎలా చేరిందో ఆశ్చర్యమే!

పెద్ద పెద్ద రాతిబండలు, కొండలు గాలిదెబ్బకి పగిలి వాటిమీద వర్షం కురిసినప్పుడు అందులో ఉండే లవణాలు, రసాయనిక పదార్థాలు ఆ వర్షపు నీటిలో కరుగుతాయి. ఈ నీరు సముద్రాలలోకి ప్రవహిస్తుంది.

మొట్టమొదట ప్రకృతిలో ప్రాణానికి రూపం ఏర్పడిన ప్రారంభదశలో సముద్రాలు ఇప్పుడున్నంత ఉప్పగా ఉండేవి కావని భూగర్భ శాస్త్రజ్ఞుల అభిప్రాయం. ప్రాచీన మానవుడు పచ్చి మాంసం తింటూ శరీరానికి కావలసిన ఉప్పు పరిమాణాన్ని నిలబెట్టుకునే వాడు. పచ్చి మాంసం ఉడక బెట్టినప్పుడు అందులో ఉండే లవణాంశం నశించి పోయేది. అందుచేత దేహ ఆరోగ్యం దెబ్బ తినేది. ఉప్పుకోసం మానవుడు తీవ్రంగా ప్రాకులాడటం ప్రారంభించాడు. ఉప్పిడి ప్రదేశాల (Salt Licks) కోసం పోరాటాలు, యుద్ధాలు కూడా చేసాడు. కొంత కాలానికి ఉప్పు బాగా ఉండే ప్రదేశాలలో నివసించే జాతులు బాగా వృద్ధి పొందాయి. ఉప్పులేని ప్రదేశాలలో జాతులు నశించి పోయాయి.

## రష్యాలో వేదఘోష!

వాల్డిమిర్ టిఖోమిరోవ్ రచించిన 'డా ఉస్లీషట్ మెన్యా జెమ్ల్యా ఐ హోబో' (Da usleeshat menya zemlya I Hobo) - భూస్వర్గములు నా పాట వినుగాక - అనే గ్రంథం మాస్కోలో ప్రచురింపబడిన తరువాత రష్యాలో ప్రజలు ఈ గ్రంథంలోని వేద సూక్తులను ప్రతినిత్యం పఠిస్తున్నారు.

"శాంతితో కూడిన మనస్సు సృజనాత్మకమై ప్రాపంచక విజయాలు సాధించడానికి నిరాటంక మవుతుంది."

అతి ప్రాచీనమైన నుమిడియనులు (Numidians) అసలు ఉప్పు రుచి చూసి ఎరుగరు. ఆసియా మైనర్ అంతర ప్రదేశాలలో నివసించే జాతులను గురించి వ్రాస్తూ ఉప్పు తినకుండా వీరు ఎలా బ్రతికారో 'హోమర్' కే ఆశ్చర్యం కలిగించింది. ఈ నాటికీ సౌదీ అరేబియాలో హద్రామౌట్ లో నివసించే బెడోయినులు (Bedouins) ఉప్పు లేకుండానే వంటలు వండుకుంటారు. వీరు ముఖ్యంగా కాల్చి తినే మాంసంలోను, పుష్కలంగా త్రాగే పాలలోను వీరి శరీర పోషణకు కావలసిన ఉప్పు మోతాదు వారికి లభిస్తుంది.

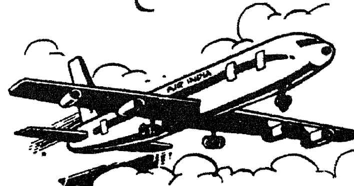
మానవుడు అడవులలో జంతువులను వేటాడటం మాని పొలాలు దున్ని వ్యవసాయం చేసుకోడం ప్రారంభించాడు. ఉప్పుకు ఆవశ్యకత నానాటికి పెరిగింది. మానవుడు సేద్యంచేసి పండించుకునే ధాన్యాలలో ఉప్పు లవలేశం కూడా లభించదు. కాబట్టి మానవజీవితంలో ఉప్పు చాలా ప్రాధాన్యం అయింది. ఉప్పుకూడా పండించవలసి వచ్చింది. నీరు. నిప్పు తరువాత వాటితో సమానంగా ఉప్పు నిత్యావసర వస్తువుగా పరిణమించి దానికోసం పాట్లు పడవలసి వచ్చింది.

ఉప్పు ఎంతకాలమైనా చెడిపోదు. ఇతర వస్తువులను చెడిపోనివ్వదు. అందుచేత ప్రపంచంలో అనేక మతాలలో దీనికి ప్రాముఖ్యత ఏర్పడింది. నిత్యత్వానికి, శాశ్వతత్వానికి 'ఉప్పు'ను చిహ్నంగా వాడతారు. మానవుడు పూజించే దేవతలకు ఉప్పుతో రొట్టె నైవేద్యాలు పెడతారు.

ఈజిప్షియనులు మరణించిన తమ రాజుల శరీరాలను ఎంబామ్ (Embalm) చేసి జాగ్రత్త పెట్టడానికి ఉప్పును ఉపయోగించేవారు. తమ దేవతలకు దానం ఇచ్చేవారు. రోమనులు నైవేద్యం చేసే కేకులలో ఉప్పు ఉపయోగించేవారు. రోమన్ కాథలిక్ చర్చిలో బాప్టిజం అనే సంస్కార క్రియలో ఏనాడో నాల్గవ శతాబ్దంలో ప్రారంభింపబడిన ఆచారం ప్రకారం నేటికీ ఉప్పు ఉపయోగిస్తారు.

చేసిన వాగ్దానం నిలబెట్టుకోడానికి, స్నేహాన్ని స్థిరం చేసుకోడానికి ఉప్పు ఉప

## రికార్డు స్థాయిలో ప్రయాణం చేసిన ప్రయాణీకులు



గత 1985 వ సం.లో అంతర్జాతీయ మరియు అంతర్దేశీయ విమాన ప్రయాణాలలో రికార్డు స్థాయిలో 892 మిలియను ప్రయాణీకులు ప్రయాణం చేశారు. 1985 వ సం.లో జరిగిన విమాన ప్రమాదాలలో 1533 ప్రయాణీకులు మరణించారు. ఇది 1972 వ సం.లో రికార్డైన మరణాలకు 24 శాతం అధికం. ఇంతేగాక 89 మంది జెట్ లైనర్లమీద పని చేసేవారు. పాతరకం టర్బో ప్రాఫ్ విమానాలలో ప్రయాణం చేసే 293 ప్రయాణీకులు కూడా మరణించారు.

" 'నేను' అనే మమకారం, 'కావాలి' అనే కోరిక రెండూ కలసి స కత అవుతుంది."

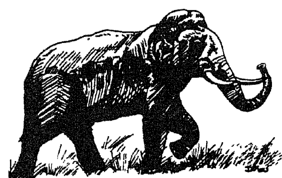
యోగించడం దానికి గల పవిత్రతే ముఖ్య కారణం. ఇంటికి వచ్చిన అతిథులకు ఉప్పు, రొట్టె పెట్టి తమ స్నేహభావాన్ని ప్రదర్శించి ప్రకటించుకుంటారు. నమ్మినవానిని వంచించే మిత్ర ద్రోహానికి, కృతఘ్నతకు 'నమక్ హరామ్' అంటారు పర్షియనులు.

అరబ్బులు ఉప్పుతో మాట నిలబెట్టుకుంటారు. ఉప్పు పంచుకొని తమ స్నేహాన్ని ప్రవృద్ధి చేసుకుంటారు. విశ్వాస పూర్వకమైన గాఢమైత్రిని తెలియజేయడానికి పరస్పరం మనకు ఉప్పు ఉంది అని చెప్పుకుంటారు.

ప్రపంచంలో వ్యాపారం ఆరంభమైంది. ఉప్పు మారక ద్రవ్యంగా ఏర్పడింది. ఉప్పు పన్నుల విధింపుకు ఆధారమైంది. లాటిన్ భాషలో ఉప్పుకు 'సాల్' అంటారు. ఉప్పును రక్షించే సైనికులకు 'సాలేరియం' చెల్లించేవారు. మన జీతానికి సేలరీ (Salary) అనే పదం దీనినుండే ఏర్పడింది. సేలరీ (Salary) అనే పదానికి ఉప్పు - సొమ్ము (Salt money) అని అర్థం.

ఉప్పు పన్ను విధానం పరిశీలిస్తే మొదట బి.సి. 2197 వ సం. లో చైనాదేశపు చక్రవర్తి లూ (Lu) ఉప్పు మీద పన్ను విధించాడు. 19 వ శతాబ్దంలో ఇటలీలో ఉప్పుపైన అధికంగా పన్నులు విధించడం వల్ల 1898 వ సం. రంలో 'మే' డే తిరుగుబాట్లు సంభవించాయి. బ్రిటిష్ సాల్ట్‌లా (ఆంగ్లేయుల ఉప్పు చట్టం) అన్యాయమని గాంధీ మహాత్ముడు తన స్వాతంత్ర్యోద్యమంలో ఉప్పు సత్యాగ్రహం ప్రారంభించి దండిమార్చిని చేపట్టాడు. ప్రపంచంలో మూఢ విశ్వాసాలలో కూడా ఉప్పు పాత్ర లేకపోలేదు. చంటిపిల్లలకు దృష్టిదోషం పోవడానికి ఉప్పు దిగదుడిచి పారేస్తారు. దీన్నే దిష్టితీయడం అంటారు. అనేకమంది శారీరక బాధలను నిగ్రహించుకోడానికి, కష్టాలను పరిహరించుకోడానికి నవగ్రహాలకు ఉప్పు దానాలు, నైవేద్యాలు చేస్తారు. వరుసగా మూడు వారాలు ప్రతీ శుక్రవారం రాత్రి చిటికెడు ఉప్పు మంటలో వేస్తే తన నాయకుని తిరిగి వశం చేసుకోగలదని ఇంగ్లండులో స్త్రీల మూఢనమ్మకం.

## కవలలను కన్న తమిళనాడు 'వాలి'



తమిళనాడు అటవీశాఖకు సంబంధించిన 40 సం.ల వయస్సుగల "వాలి" అనే ఆడ ఏనుగు ఆనమలై పర్వతశ్రేణిలో కోజకాముది అనే గజ శిక్షణా కేంద్రంలో ఒక మగ, ఒక ఆడ—కవల గున్నలను కనింది. నిర్బంధంలో ఉన్న ఏనుగు కవలలను కనడం అపూర్వం. గత 140 సంవత్సరాల వ్యవధిలో ఇటువంటి అపూర్వ సంఘటన జరగడం ఇది మూడవసారి.

"మతాలన్నిటినీ గౌరవించే సహనశక్తి ఉంటే సంఘర్షణలు, అంతఃకలహాలు ఉండవు."

# ప్రపంచంలో మహిళలు

* ప్రపంచం జనాభాలో 50 శాతం అంతా మహిళలు, ఆడపిల్లలు.
* మహిళలలో 30 శాతానికి పైబడి అంతా అధికార పూర్వక కార్మికవర్గానికి చెందిన వారే.
* ప్రపంచపు ఆదాయంలో 10 శాతం మాత్రమే మహిళలకు చెందుతూంది.
* ప్రపంచపు మొత్తం ఐశ్వర్యంలో



1 శాతం కంటే తక్కువ మహిళల స్వాధీనంలో ఉంది.
* ప్రపంచంలో సరియైన పోషణ లభించని వారిలో 75 శాతం మహిళలు, ఆడ పిల్లలు.
* 60-89 శాతం వ్యావసాయక కార్య క్రమాలన్నీ మహిళలే చేస్తున్నారు. మొత్తంమీద 50 శాతం ఆహారోత్పత్తి మహిళల చేతులమీదే జరుగుతూంది.
* పేదరికం ఉన్నచోట అధికంగా స్త్రీలే దాని ఫలితాంశాలను అనుభవిస్తున్నారు.
* దురభిమానం ప్రబలి ఉన్నచోట మహిళ లకే అధికంగా అన్యాయం జరుగుతూంది.
* వ్యక్తిగతాభివృద్ధికి లభించే స్వాతంత్ర్యం బాధ్యతలు, అనుకూలాలు, అవకాశాలు పురుషులకంటే తక్కువగా అనుభవించ డానికే జన్మించినట్టుంది ఆడజన్మ.
* ప్రపంచంలో 2000 మిలియనుకు పై బడిన మహిళలకు తమ పరిస్థితులను మెరుగు పరచుకోవాలని అడగడానికే అవకాశం లేకుండా ఉంది.
* మానవ జాతిలో సగానికి సగం మహిళ లకు జాగృతి కలిగించి పూర్తిగా స్వాతంత్ర్యం అనుభవింప చేయడానికో అవకాశం కల్పించాలంటే మానవ చరిత్రలో రాజకీయంగా, సాంఘికంగా, సంస్కృతి పరంగా కని విని ఎరుగని విప్లవాత్మకమైన మార్పు ఏర్పడాలి.

('ఇండియన్ సొసైటీ ఆఫ్ పాపులేషన్ ఎడ్యుకేషన్' సౌజన్యంతో)

## నక్షత్రాలు ఎందుకు మిణుకు మిణుకు మంటాయి?

నక్షత్రాల కాంతి - శీతలంగానూ, ఉష్ణంగానూ ఉండే గాలి గుండా ప్రసరిస్తుంది కాబట్టి నక్షత్రాలు మిణుకు మిణుకు మంటాయి.

"క్షమ, దయ, ఋజువర్తనము, నిత్యసంతృప్తి ముక్తికి సులభమార్గాలు."

# రక్తదానం - కొన్ని వాస్తవాలు

రక్తదానం:

* ప్రతి వ్యక్తీ కనీసం ఒకసారి అయినా రక్తదానం చేస్తే రక్తానికి అసలు కొరత ఏర్పడదు.
* అభివృద్ధి పొందిన దేశాలలో ప్రజలు నియమిత తేదీలలో రక్తదానం చేయడం పరిపాటి.
* 'B' నెగెటివ్, 'O' నెగెటివ్, 'A' నెగెటివ్, 'AB' నెగెటివ్ గ్రూపులు చాలా అపురూపమైన గ్రూపులు.



* ఈనాడు ఒకసీసా రక్తం దానం చేయగలిగితే 3-4 మంది జీవితాలను రక్షించిన వాడవు అవుతావు.
* హీమోఫీలియా (Haemophilia) థలాస్సేమియా (Thalassaemia) వగైరా వంటి రక్త సంబంధమైన రోగిష్టులకు జీవితాంతం శరీరంలోకి నెత్తురు ఎక్కించవలసిన అవసరం ఉంటుంది.

వైద్యకీయ వాస్తవాలు:

1. 18 మరియు 55 సంవత్సరాల మధ్య ఉండి 105 పౌనులు (47.3 కి.గ్రా.) తూగే ఆరోగ్యమైన ఏ వ్యక్తి అయినా రక్తదానం చేయవచ్చు.

2. సాధారణంగా మానవ శరీరంలో 6 లీటర్ల రక్తం ప్రవహిస్తూంటుంది. ఉత్తమమైన ఆరోగ్య పరిస్థితిలో మానవ శరీరానికి 4 లీటర్ల రక్తం మాత్రమే అవసరం. కాని అత్యవసర పరిస్థితులకు ప్రకృతి అదనంగా 2 లీటర్ల రక్తాన్ని నిలువలో ఉంచుతుంది. ఈ అదనపు రక్తంలో 1/8 వ వంతు మాత్రమే అంటే 250 CC మాత్రమే ప్రతీసారి దానం చేయమన్నారు.

3. ఇది తిరిగి పదిహేను రోజులకే శరీరంలో భర్తీ అవుతుంది.

4. నీవు సంవత్సరంలో 4 సార్లు రక్తదానం చేయవచ్చు.

5. రక్తదానం చేయడానికి ముందు వైద్యులు నీ ఆరోగ్యాన్ని పరీక్షిస్తారు. అర్హులు కానివారిని రక్తదానం చేయనివ్వరు.

6. పూర్తిగా రక్తదాన ప్రక్రియ అంతా 4 లేక 5 నిమిషాలలో ఏ బాధ లేకుండా సునాయాసంగా జరిగిపోతుంది. 15 నిమిషాల విశ్రాంతి తరువాత సేదతీర్చుకుని అల్పాహారం తిన్న తరువాత నీ మామూలు పని నీవు చూసుకోవచ్చు.

7. స్టెరిలైజ్ చేయబడిన పరిశుభ్రమైన

సూదులు ఉపయోగిస్తారు. కాబట్టి అంటు రోగాలు అంటుకుంటాయనే భయం లేదు.

8. ప్రతిమాసం స్త్రీలకు రక్తస్రావం వంటి ప్రక్రియవల్ల కలిగే రక్తనష్టం పురుషులకు లేదు. దానం చేయడంవల్ల శరీరంలో క్రొత్తగా రక్తం తయారుకాబడుతుంది.

రక్తదానానికి అనర్హులు:

1. గత మూడు సంవత్సరాలలో మలేరియా వచ్చినవారు, లివరు సంబంధమైన రోగం కలవారు, టి.బి. రోగం కలవారు.

2. ఇన్సులిన్ తీసుకుంటూ మధుమేహ (డయాబిటీసు) న్ని నిలుపుచేసుకున్నవారు.

3. ముందు 6 వారాల లోపుగా తీవ్రమైన జ్వరంతో బాధపడినవారు.

4. జలుబుతో బాధపడుతూ గొంతుకపట్టినవారు, లేక గత రెండు వారాల లోపుగా తీవ్రమైన ఎలర్జీతో బాధపడేవారు (ఆంటీ బయోటిక్ మందులు తీసుకున్నవారు).

5. 105 పౌండ్లకు తక్కువభారం ఉండేవారు.

6. గత 6 మాసాలలోగా శస్త్రచికిత్సకు గురైనవారు.

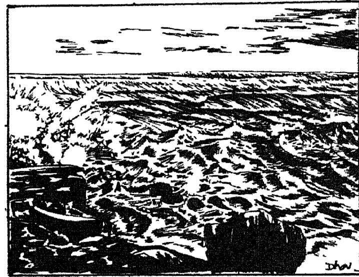
7. 72 గంటలలోపుగా పన్ను తీయించుకున్నవారు.

8. పచ్చకామెర్లు (జాండీసు) తో, ఎప్పుడూ గుండె జబ్బుతో గానీ, మూత్రపిండాలు, లివరు, ఊపిరితిత్తులు లేక క్యాన్సర్‌తో గానీ బాధపడేవారు.

9. బ్లడ్‌ప్రెషర్ చాలా అధికంగా గానీ, బాగా తక్కువగా గానీ ఉండేవారు.

10. 3 సంవత్సరాల లోపుగా మలేరియా నివారణకు ఆంటీ మలేరియా ప్రొఫిలాక్సిస్ తీసుకున్నవారు. లేక గత 6 మాసాల లోపుగా మలేరియా సోకిన ప్రదేశాలలో ప్రయాణం చేసినవారు.

## ప్రపంచంలో 50,000 జలాశయాలు నశించియి



ప్రపంచం మొత్తంమీద 50.000 చిన్న, పెద్ద జలాశయాలు పూర్తిగా నశించైనా ఉండాలి లేక నశించిపోతూండాలనే అభిప్రాయాన్ని సుప్రసిద్ధ వాతావరణ పరిశోధకులు వెలిబుచ్చారు. పశ్చిమ దేశాలలో ఆమ్ల వర్షాలవల్ల జలాశయాలు నశించిపోతున్నాయి. అభివృద్ధి పొందుతూన్న వర్ధమాన దేశాలలో కీటకనాశిని మందుల వాడకం వల్ల, మురికి నీటివల్ల, ఎరువుల వాడకంవలన బహిర్భూములు పెరగడం వల్ల, వృక్షజాతి విపరీతంగా పెరిగిపోయి జలాశయాలు నశించిపోతున్నాయి.

"గెలవలేకపోతే నిరాశపడిపోవద్దు. కాని తిరిగి ప్రయత్నించకపోతే సర్వనాశనం తప్పదు."

# నమ్మలేని నిజాలు

## చంద్రుడికి పగలు, రాత్రి ఉన్నాయి:

భూమికి పగలు, రాత్రి ఉన్నట్టే చంద్రుడికి కూడా పగలు, రాత్రి ఉన్నాయి. కాని అక్కడ 24 గంటలు కాదు. పగలు రాత్రి నెలరోజులపాటు ఉంటుంది. చంద్రగోళంలో నీవు ఒకేచోట ఉండి సూర్యాస్తమయం చూడాలంటే రెండువారాలపాటు కాచుకుని ఉండాలి.

* * *

## ప్రపంచంలో తొలి తంతి వార్త:

ప్రపంచంలో శామ్యూల్ మోర్స్ పంపిన తొలి తంతి వార్త "దేవుడు ఏం చేశాడు?" (What God has wrought ?) అనే మాటలు.

* * *

## అమెరికాలో 1,50,000 పిల్లలు మటుమాయం:

అమెరికాలో పిల్లలను ఎత్తుకుపోవడం నానాటికి పెరిగిపోతూంది. ఇప్పుడు సంవత్సరానికి 1,50,000 మంది పిల్లలను అపహరించుకుపోతున్నారు. పదిమందిలో ఒక్కరు మాత్రమే తలిదండ్రులకు తిరిగి దక్కుతున్నారు.

* * *

## మీటరు ఎలా ఏర్పడింది?:

1791 వ సం.లో ఫ్రాన్స్‌లో శాస్త్రజ్ఞులు అంతా సమావేశమై భూగోళపు చుట్టుకొలతలో నాలుగవ వంతు భాగం నుంచి మీటరును లెక్కకట్టారు - వారి లెక్క ప్రకారం ఒక మీటరు - నాల్గవ వంతు భూగోళపు చుట్టుకొలతలో 10 మిలియను భాగాలలో ఒక భాగం.

* * *

## ఒక టన్ను గట్టి బొగ్గును

బొగ్గుగనుల నుండి ఒక టన్ను బొగ్గును తీయడానికి 10 టన్నుల నీటిని పంపు చేసి తోడవలసి ఉంటుంది.

* * *

## కంప్యూటర్లను ఉపయోగించకపోతే?:

కంప్యూటర్లను ఉపయోగించకపోతే, అమెరికాలో టెలిఫోను విధానం పూర్తిగా పనిచేయడానికి బెల్ టెలిఫోన్స్ అమెరికాలోని మహిళలను అందరినీ నియమించవలసి ఉంటుంది.

* * *

## చంద్రమండలంలో బ్రాడ్ జంప్:

బ్రాడ్ జంప్‌లో మంచి నిపుణులైతే 5 లేక 6 అడుగులు దాటుతారు. అదే చంద్రమండలంలో 30 మొదలు 36 అడుగులు దాట

(మిగతా 45వ పేజీలో)

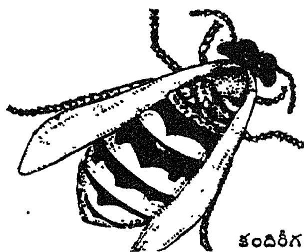
"చదువు రెండురకాలు. ఒకటి బ్రతకడం నేర్పేది. మరొకటి బ్రతుకంటే ఏమిటో తెలిపేది."

# కీటకాలలో ఆత్మసంరక్షణ

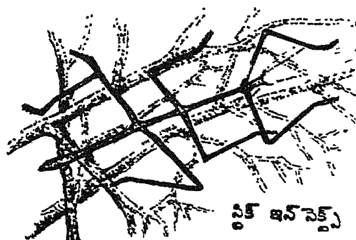
ఆర్. ఎల్. ఖన్నా

పక్షులు, క్షీరదాలు, పాములు మొదలైన రకరకాల శత్రువుల బారినుండి తప్పించు కోడానికి కీటకాలు అనేక కుట్రలు పన్ను తాయి. ఆత్మ సంరక్షణ కోసం ఇది వివిధ వేషాలు వేస్తాయి.

కీటకాలకు ముఖ్యంగా ఆత్మసంరక్షణో పాయాలు రెండు—కరవడం, కుట్టడం. కీట కాలు కరవడం వల్ల, కుట్టడం వల్ల రకరకాల బాధలు కలుగుతాయి. అందుచేత శత్రువులు వాటి జోలికి పోవు కందిరీగలు, తేనెటీగలు వంటివి ఈ విధంగా కుట్టి బాధ కలిగించి శత్రువుల బారినుండి తప్పించుకోగలుగు తున్నాయి.


కందిరీగ

వార్నింగ్ కలరేషన్ (Warning Colouration): కొన్ని రకాల విష కీట కాలకు ప్రబోధక వర్ణం ఆత్మసంరక్షణ ఉపాయంలో ముఖ్యపాత్ర వహిస్తుంది. ఇవి వర్ణ విధానాన్ని ప్రకటించడం ద్వారా శత్రువు లను భయపెడతాయి. పసుపు పచ్చని కంది రీగకు శరీరంమీద నల్లటి మచ్చలు ప్రబోధక వర్ణం. దక్షిణ అమెరికాలో కనిపించే చిమ్మట పురుగు (Moth) లేక దీపపు పురుగు లార్వాలకు (పూర్తిగా పెరగని గ్రుడ్డులో నుంచి వెలువడిన దశ) నల్లటి వెల్వెటుమీద


స్టిక్ ఇన్‌సెక్ట్స్

పచ్చని పసుపువర్ణపు వలయాలు ఉంటాయి. తల, కాళ్ళు, తోక నారింజ రంగులో ఉంటాయి. శత్రువులకు తమ ప్రబోధక వర్ణాన్ని ప్రదర్శించి శత్రువుల బారినుండి తప్పించుకుపోతాయి.

కామోఫ్లెజి (Camouflage): కొన్ని కీటకాలు కపటవర్తనను ప్రదర్శించి శత్రువు బారినుండి తప్పించుకోగలుగుతున్నాయి. పరి సరానుగుణ్యమైన రూపం, రంగు ధరించి శత్రువులనుండి సులభంగా తప్పించుకు పోగలుగుతున్నాయి. గోట్ మోత్ అనే చిమ్మటపురుగుకి, చెట్లబెరడుకి అసలు వ్యత్యా సమే కనిపించదు. చెట్ల కాండాన్ని అంటి ఉన్న ఈ పురుగు చెట్టు బెరడులాగే కని పిస్తుంది. కీటకం ఉన్నట్టే తెలియదు, శత్రు వులు మోసపోతాయి.

స్టిక్ ఇన్‌సెక్ట్స్ (Stick insects):

"దేహబలం కంటె బుద్ధిబలం గొప్పది,
దేహ సౌందర్యం కంటే హృదయ సౌందర్యం గొప్పది."

పుడకల పురుగులు, కొన్ని రకాల గొంగళి పురుగులు చిన్న చిన్న కొమ్మలు రెమ్మలు లాగ కనిపిస్తాయి. దీనివల్ల ఈ కీటకాలు శత్రువులకు కనిపించకుండా సులభంగా తప్పించుకో గలుగుతున్నాయి.

గ్రీన్ టార్టాయిస్ బీటిల్ (Green Tortoise Beetle): ఇవి కాదకు అంటి



సిన్నబార్ లార్వా

పెట్టుకుని కంటికి కనిపించకుండా బ్రహ్మ జముడుని పట్టుకుంటాయి.

డిస్‌గైజ్ (Disguise): ఈ రక్షణో పాయంలో కీటకం తన నిజస్వరూపాన్ని మరుగుపరచి మారువేషం ప్రదర్శిస్తుంది. చాలామటుకు చిమ్మట పురుగులు (Moths) ఎండిపోయిన ఆకులు, పుడకముక్కలులా కనిపించడంవల్ల వీటికి శత్రువుల బాధ ఉండదు. కొన్నిరకాల సీతాకోక చిలుకలు (Butterflies), గొల్లభామలు (grass-hoppers) ఈ డిస్‌గైజ్ రక్షక విధానాన్ని అనుసరిస్తాయి. వీటికి, చెట్ల ఆకులకు, కొమ్మలకు తేడా కన్పించదు. అన్నీ ఒకే రంగులో ఉంటాయి. వెబ్‌స్పైడర్లు అనబడే కొన్ని రకాల సాలెపురుగులు చుట్టుపక్కల ఉండే ఆకులు, పుల్లలు, ఇతర వస్తువులను తమ మీద కప్పేసుకుంటాయి. ఇవి ఈ విధంగా శత్రువులను మోసగించి రక్షించుకో గలుగుతాయి.

పోస్సుమ్: ప్లేయింగ్ పోస్సుమ్ అంటే చచ్చిపడినట్టు నటించడం. చాలారకాల కీటకాలు శత్రువులు ఎదురైనప్పుడు చచ్చిపోయి నట్టు పడిపోయి శత్రువుల బారినుండి రక్షించుకో గలుగుతున్నాయి. మోనార్క్ బటర్‌ఫ్లై, లేడీబర్డ్ మొదలైనవి తమకు అపాయం సంభవిస్తుందని తెలిస్తే పోస్సుమ్‌ను చాలా నైపుణ్యంగా ప్రదర్శిస్తాయి.



పుస్ మోత్ లార్వా

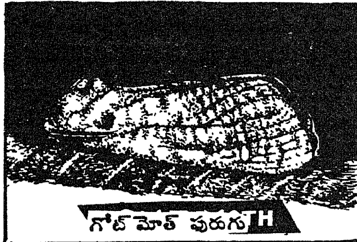
మిమిక్రీ (Mimicry): అంటే అనుకరణ. స్వయంగా నిరపాయకరమైన కీటకాలు అపాయకరమైన విషకీటకాలరూపాన్ని, రంగుని ఆపాదించుకుని శత్రువులను భయ

## భారతదేశంలో రాగి ఖనిజ సంపద

భారతదేశంలో 1 శాతం స్వచ్ఛమైన రాగి లభించగల ముడిఖనిజం మొత్తం 366 మిలియను టన్నులని అంచనా వేయబడింది. ఇది ఎక్కువగా బీహారులోని సింగ్‌భమ్, రాజస్థాన్‌లోని ఖేత్రీ మరియు డారిబాలలో లభిస్తుంది.

"దేనికోసం దేన్ని త్యాగం చేయాలి అని తెలుసుకొని సవ్యంగా చేస్తే అది త్యాగం అనిపించుకుంటుంది."

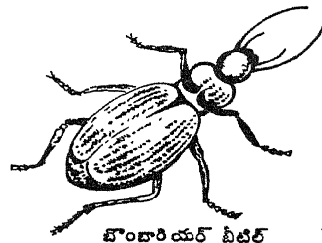
పెట్టి తప్పించుకుంటాయి. నిజానికి వాస్ప్ బీటిల్ పురుగు ఎంతమాత్రం అపాయకారి కాదు. కాని శత్రువులు ఎదురైనప్పుడు ఇవి కుట్టి బాధ గలిగించే బీటల్స్‌లా కనిపిస్తాయి. ముఖ్యంగా గొల్లభామలు (grasshoppers) మాంటిస్‌లు, నల్లులు, బీటిల్ పురుగులు, చిమ్మట పురుగులు, ఈగలు అపాయకరమైన




చీమలను, తేనెటీగలను, కందిరీగలను అనుకరిస్తాయి. ఇవి విషపురుగులని భయపడి శత్రువులు విడిచేస్తాయి.

**ముళ్ళు**: కొన్ని కీటకాల శరీరం మీద ముళ్ళు తేరి ఉంటాయి. ఈ ముళ్ళే వాటికి తగిన రక్షణను ఇస్తాయి. చీమల సంఘాలలో సేవకులకు నోటిముందు వాడియైన ముళ్ళు, దెక్కలు ఉంటాయి. ఈ ముళ్ళు, దెక్కల సహాయంతో ఇవి శత్రువుల బారినుండి తప్పించుకోగలుగుతున్నాయి.

**కెమికల్ డిఫెన్స్ (Chemical Defence)**: రసాయనిక రక్షణ. కీటక ప్రపంచంలో రసాయనిక రక్షణ కూడా కనిపిస్తుంది. డార్క్లింగ్ బీటిల్స్ అనే పురుగులు ఒకవిధమైన భరించలేని దుర్వాసన కలిగించే ద్రవాన్ని విరజిమ్మి చర్మంమీద మంట, దురద కలిగిస్తాయి. కొన్ని రకాల వుడ్ (Wood Ants) చీమలు ఫార్మిక్ ఆసిడ్‌ను చిమ్ముతాయి. ఇదే విధంగా బొంబార్డియర్ బీటిల్స్ తమకు అపాయం కలిగించే శత్రువుల మీదికి మంటలు, దురదలు కలిగించే ఒక విధమైన ద్రవాన్ని విరజిమ్ముతాయి.



బొంబార్డియర్ బీటిల్

**బ్లఫ్ (Bluff)**: మరికొన్ని రకాల కీటకాలు బికాయింపుతో తమ శత్రుల నుండి అతి సులభంగా తప్పించుకుంటున్నాయి. పెద్ద పెద్ద ఆఫ్రికా దేశపు మేంటిస్‌లకు ముందు కాళ్ళు రంగు రంగులుగా ఉంటాయి. కోతులు వీటిని ఎదుర్కోడానికి వచ్చినప్పుడు ఇవి

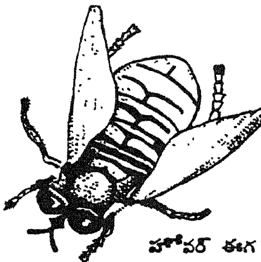
## పైలట్ లైసెన్స్ పొందిన తొలి భారతీయుడు జె.ఆర్.డి. టాటా

జె.ఆర్.డి. టాటా భారతదేశంలో 1929 వ సం లో పైలట్ లైసెన్స్ పొందిన మొట్టమొదటి భారతీయుడు. భారతదేశం నుంచి లండన్ నగరానికి ఒకే ఇంజనుగల విమానంలో ఒంటరిగా ఎగిరిన తొలి భారతీయ పౌరుడు కూడా ఇతడే.

"కాంక్ష నిజమైనదైతే కాంక్షించిన దానిని పొందడానికి తీవ్ర ప్రయత్నం చెయ్యకుండా ఉండలేడు మానవుడు."

ముందు కాళ్ళమీద లేచి తమ కాళ్ళను ప్రదర్శిస్తాయి. కోతులు భయపడి వెనుకకు పోతాయి. పుస్‌మోత్ లార్వా పురుగులు ఎర్రటి ముఖంతో సింధూర వర్ణపు తోకలను ఆడిస్తాయి. దాంతో పక్షులు భయపడి ఎగిరి పోతాయి.

శబ్దప్రబోధక రక్షణ విధానం: కొన్ని రకాల కీటకాలు విచిత్రమైన శబ్దాన్ని ఉత్పాదిస్తాయి. తేనెటీగలు ఉద్రేకంతో చెదిరి పోయినప్పుడు ఒక విధమైన రొద చేస్తాయి. మరికొన్ని టైగర్ మోత్‌లు విచిత్రంగా అరుస్తూ తమకు శత్రువైన గబ్బిలాల బారి నుండి తప్పించుకోగలుగుతున్నాయి.



హోవర్ ఈగ

ఎదిరింపు: కొన్నిరకాల కీటకాలు తమ శత్రువులను ధైర్యంగా ఎదిరించి ఆత్మరక్షణను కలిగించుకుంటున్నాయి. మోనార్క్ బట్టర్‌ఫ్లై పెద్దపెద్ద పక్షులను కూడా ఎదిరించి తరిమేస్తాయి.

రక్షక విధానం - పరిణామాత్మకం: ఈ రక్షక విధానాలన్నీ కీటకాల పరిణామావస్థలలో ఆత్మ సంరక్షణకోసం సైజంగా ఏర్పడినవే.

## లేసర్ కిరణంతో పనిచేసే క్రొత్త వీడియో డిస్క్‌లు

వీడియో టేపులకు బదులుగా వీడియో డిస్క్‌లు ఎక్కువ ప్రచారంలోకి వస్తున్నాయి. గ్రామఫోను ప్లేట్ల మాదిరిగా ఉండే ఎక్రిలిక్ (ఒక రకం ప్లాస్టిక్) ప్లేటు లాటి డిస్కు మీద వర్తులాకారపు సన్నపాటి గాడీలలో శబ్దం రూపం రెండూ రికార్డు చేయబడి ఉంటాయి.

తిరుగుతూన్న డిస్కు మీది గాడీలలోకి ఒక ప్రొజెక్టర్ సహాయంతో లేసర్ కిరణాన్ని ప్రసరిస్తే శబ్దం సుస్పష్టంగా వినిపిస్తుంది. దృశ్యం వివరంగా కనిపిస్తుంది. లేసర్ కిరణంతో పనిచేస్తుంది కాబట్టి దీనిని 'లేసర్ డిస్క్' అన్నారు. ఇవి వీడియో టేపులు లాగ అరిగిపోవు, తెగిపోవు.

ఒక డిస్కు మీద 0.043 అం. లోతుగా సుమారు 54,000 గాడీలు ఉంటాయి. స్లో మోషన్, ఫాస్ట్‌మోషన్ వంటి క్రొత్త సాంకేతిక పద్ధతులను కూడా వీటిమీద రికార్డు చేయవచ్చు. రెండు ప్రక్కలా రికార్డు చేయబడ్డ డిస్క్ ఒకవైపు పూర్తిగా తిరగడానికి 30 నిమిషాలు పడుతుంది. వీటికి విద్యారంగంలో ఎక్కువ ప్రాముఖ్యత లభిస్తుంది. అమెరికాలో ప్రతీ నగరంలోను లేసర్ డిస్క్‌ల లైబ్రరీలు ఉన్నాయి. ఒక్కొక్క డిస్క్ వెల సుమారు రూ. 4,000 లు. ప్రజలు వినోదానికి ఇంకా చౌకగా దృశ్య శబ్దాల సంయోగంతో ఈ డిస్క్‌లు తయారు చేయడానికి పరిశోధనలు జరుగుతున్నాయి.

"లోభిని మించిన దరిద్రుడు లేడు,
అనుభవాన్ని మించిన గురువు లేడు."

# ప్రపంచవార్తలు

## అమెరికా శాస్త్రజ్ఞులు కనుగొన్న గలాక్సీలు:

ఆరిజోనా (అమెరికా)లోని టుస్కాన్‌లో కిల్‌పీక్ నేషనల్ అబ్జర్వేటరీలో శాస్త్రజ్ఞులు క్రొత్త నక్షత్ర గుంపులను తెలుసుకున్నారు. అంతరాళంలో ఇవే చాలా పెద్ద గుంపులు. ఇవి సుమారు 1 బిలియను కాంతి సంవత్సరాల దూరంలో ఉన్నాయి. ఒక కాంతి సంవత్సరం సుమారు 5,878,000,000,000 మైళ్ళ దూరానికి సమానం.

* * *

## ఉత్తరాలను అడ్రసుల ప్రకారం వేరుచేయడానికి ఆటోమేటిక్ మెషీనులు:

పశ్చిమజర్మనీ ఫ్రాంక్‌ఫర్ట్ సెంట్రల్ పోస్టాఫీసులో ప్రవేశపెట్టబడిన కంప్యూటర్లు, రీడింగు మెషీనులు గంటకు 1,00,000 ఉత్తరాలను వేరుచేయగలుగుతున్నాయి. ఈ సాధనాలు టైపుచేయబడ్డ అడ్రసులు చదివి కోడ్‌నంబర్ ప్రకారం వేరుచేస్తాయి. ఇప్పుడు యూరప్‌లో దానంతట అదే ఉత్తరాలను వేరుచేసే సాధనాలలో ఇదే చాలా పెద్దది.

* * *

## డ్రైవర్ కునుకు తీస్తే రైలును నిలిపే ఆప్టికల్ సిగ్నల్:

తూర్పుజర్మనీ శాస్త్రజ్ఞులు ఇంజన్ నడిపే డ్రైవర్ రైలును నడుపుతూ నిద్రలోకి జారిపోతే రైలును నిలుపుచేసే క్రొత్త రకం

## విద్య నేర్వనివారు చవిటి నేలలు



చదువుకోననివారు విస్తారమైన ఊషర భూమి వంటివారు. వారి జన్మ నిష్ఫలం. వారి జీవితం నామకార్థం మాత్రమే. చదువుకోనివాడు ఎంత గొప్ప చతురుడైనప్పటికి విద్యావంతులు వాని చాతుర్యాన్ని సమ్మతించరు. ప్రసంగించవలసి వచ్చినప్పుడు ఆ విద్యావంతుని బండారం బయటపడుతుంది.

—తిరుక్కురళ్ (తిరువళ్ళువర్)

"మిత్రుని నిజాయితీ కష్టకాలంలో తెలుస్తుంది."

ప్రత్యేక అద్దాలను అభివృద్ధి చేశారు. అద్దాలలో ఇమిడ్చిన ఈ ఎలక్ట్రానిక్ సాధనం ప్రసరించే కాంతిపుంజానికి డ్రైవర్ రెప్పపాటు అంతరాయం కలిగిస్తాయి. డ్రైవరు విద్రపోయినప్పుడు ఆప్టికల్ సిగ్నల్ రైలుని ఆపు జేస్తుంది.

## 15 మిలియనుమంది బానిసలుగా జీవిస్తున్నారు:

బానిసత్వం మీద పరిశోధకులు కొందరు స్విట్జర్లాండ్‌లోని జెనీవాలో ఉన్న యునైటెడ్ నేషన్స్‌వారి ఆర్థిక మరియు సాంఘిక సంఘం వారికి తెలియజేసిన వివరాల ప్రకారం ప్రపంచం అంతటా అధమం 15 మిలియను మంది బానిసలుగా జీవిస్తున్నారు. థాయ్‌లాండ్. శ్రీలంకా, బ్రెజిల్, పోర్చుగల్ దేశాలలో ఇంకా పిల్లలను అమ్ముకునే బానిస వ్యాపారం జరుగుతూంది.

* * *

## ప్లూటోకు పైన మరో గ్రహం:

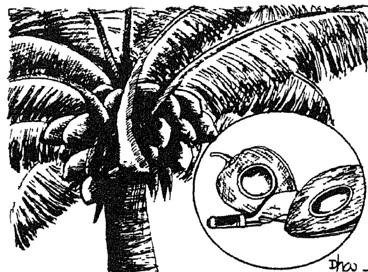
లెనిన్‌గ్రాడ్‌లో థియరటికల్ ఎస్ట్రానమీ ఇన్‌స్టిట్యూట్‌లో డైరెక్టరు గ్లాజ్ చెబోటార్యోవ్ (Glzb Chebotaryov) ప్లూటోకు పైన మరో గ్రహం ఉందని అంటున్నారు. 19 వ శతాబ్దంలో చూచిన తోకచుక్కలను గణితరీత్యా విశ్లేషించడంవల్ల ఈ క్రొత్త గ్రహం ఉన్నట్లు తెలిసిందంటున్నారు. వారి లెక్కల ప్రకారం సూర్యుడికి భూమికి ఉన్న దూరానికి 54 రెట్లు దూరంలో ఉన్న ఈ గ్రహం భూమి అంత ఉంటుంది.

* * *

## కృత్రిమ ధాన్యం:

మానవుడు కృత్రిమంగా ఉత్పాదించిన ట్రిటికేటు ధాన్యం ఫ్రాన్స్ వ్యవసాయ క్షేత్రాలలోను, పొలాలలోను పండిస్తున్నారు. మంచి పుష్టి కలిగించే ట్రిటికేట్ ధాన్యం మిక్కిలి క్లిష్టమైన పరిస్థితుల్లో కూడా లాభసాటిగా పెరుగుతుంది.

## కొబ్బరికాయలో గాలి



కొబ్బరికాయకు చుట్టూ పీచు, దానిపైన డొక్కలు కాయకు రక్షణను కలిగిస్తాయి. అంతేగాకుండా చుట్టూ ఉండే పీచు మధ్య గాలి చేరి ఉంటుంది. అందువల్లే కొబ్బరి బొండం నీటిలో తేలుతుంది, కొబ్బరిజాతి చెట్లకు బీజవ్యాప్తి జరుగుతుంది. కొబ్బరికాయలు మహాసముద్రంలో నీటిపై తేలుతూ ప్రపంచంలో ఒక దీవి నుండి మరో దీవికి కొట్టుకుపోయి ఎక్కడో చేరి అక్కడ మొలిచి ప్రవృద్ధి పొందుతాయి.

# పేర్లతో ఏర్పడిన కొన్ని ఆంగ్లేయ పదాలు

అనేక దేశాలలో ప్రఖ్యాతి పొందిన కొంత మంది మహాపురుషుల పేర్లు ఆయా దేశ భాషలలో చోటుచేసుకుని భాషా పరిణామానికి తోడ్పడి భాషాభివృద్ధి కలుగుతూంది. సర్వ సాధారణంగా గాంధీయిజం, క్రిష్టియానిటీ అనే మాటలు, వాటి అర్థాలు అందఃకీ తెలిసినవే. అదే విధంగా భయంకరమైన మీరరాని ఆజ్ఞ — సుగ్రీవ ఆజ్ఞ, తిరుగులేని తీర్మానం — తాతాచార్యుల ముద్ర మొదలైనవి చాలా ఉన్నాయి.



ఒక్కొక్కప్పుడు ఒక వస్తువుగానీ, ఒక ప్రత్యేక విధానంగానీ ఒకవ్యక్తి పేరుతో స్థిరపడిపోయి ప్రచారంలోకి వస్తుంది. కాని అసలు ఆ మాట ఎలా ఏర్పడిందో అనే విషయం మరచిపోతాం. ఆంగ్లేయ భాషలో ఇటువంటి పదాలు చాలా ఉన్నాయి. శాండ్విచ్ (Sandwich) అనే పదం పరిశీలిద్దాం. శాండ్విచ్ అంటే రెండు రొట్టెముక్కల మధ్య వెన్న కూర పెట్టి తయారు చేసిన తినుబండారం. ఎర్ల్ ఆఫ్ శాండ్‌విచ్ (1718-92) అదేపనిగా విధి, విరామం లేకుండా తిండికూడా తినకుండా జూదాలు ఆడేవాడు. ఆకలి తీర్చడానికి మధ్య. మధ్య, ఇతడికి రొట్టెముక్కలు ఇస్తూండేవారు. ఆనాటి నుంచి శాండివిచ్ అనే పదం వాడుకలో స్థిరపడిపోయింది.

కొంతమంది వారు ధరించిన బట్టలకు వారి పేర్లు ఏర్పడ్డాయి. ఊలుతో అల్లిన స్వెట్టరుని కార్డిగాన్ (Cardigan) అంటారు. ఇది ఎర్ల్ ఆఫ్ కార్డిగాన్ (1797-1868) పేరున ఏర్పడింది. బూట్స్‌ని వెల్లింగ్‌టన్స్ అంటారు. ఇది మొదటి వెల్లింగ్‌టన్ డ్యూక్ (First Duke of Wellington) పేరును బట్టి వచ్చింది.

సైనికరంగంలో కూడా అనేక పదాలు ఏర్పడ్డాయి. నెపోలియన్ సైన్యంలో నికొలస్ చావిన్ మూఢ దేశభక్తిగల సైనికాధికారి. దేశభక్తికి ఈ చావిన్ పేరుతో చావినిజం (Chauvinism) అనే మాట ఏర్పడింది.

మార్టినెట్ (Martinet) అంటే చండశాసనుడు. ఇది 14వ లూయి (Louis-XIV) రాజ్యంలో అధికారి మార్టినెట్ విధించిన శాసనం నుంచి ఏర్పడింది.

హిట్లరిజం (Hitlerism) చాలామందికి తెలిసిందే. జాతి సంకరమై పోకుండా కాపాడడం హిట్లరిజం. హిట్లరు జర్మనీదేశపు (1933-1945) సర్వాధికారి. ఇతడి పేరుతో ఏర్పడినదే హిట్లరిజం.

"ఆర్ద్రతలేని వారి మాటలు ఆచరణీయములు కావు."

శాడిజం (Sadism) అంటే హింసలో ఆనందం అనుభవించడం. ఇది పిచ్చివాడైన మార్క్విస్ డి శాడి (1740-1814) పేరున ఏర్పడింది.

వైజ్ఞానిక రంగంలో కూడా అనేకమంది శాస్త్రజ్ఞుల పేర్లతో ఏర్పడిన పదాలు కొన్ని ఉన్నాయి. పాలను వేడిచేసి సూక్ష్మ క్రిములను నశింపచేయడం పాశ్చరైజ (asteurise) చేయడం అంటారు. లూయీపాశ్చర్ (1822-1895) ఫ్రెంచి దేశపు బాక్టీరియాల




జిస్టు పేరుతో ఈ పదం వాడుకలోకి వచ్చింది.

గాల్వనైజ్ (Galvanize) అంటే విద్యుత్ప్రవాహానికి గురిచేయడం లేక అకస్మాత్తుగా చైతన్యవంతం చేయడం. ప్రత్యేకంగా ఈ విధానాన్ని కనిపెట్టిన బొలాగ్నాకు చెందిన లూయి గాల్వనీ (1737 - 98) పేరున ఈ పదం భాషలో చోటు చేసుకుంది.

నికొటిన్ (Nicotine) అంటే పొగాకులో ఉండే రసాయనిక విష ద్రవ్యం. ఫ్రాన్స్ దేశానికి చెందిన జీన్ నికొట్ (1560) పేరున స్థిరపడిందీమాట. బాయ్ కాట్ (Boycott) అంటే దూరంగ ఉంచడం లేక వెలివేయడం. 1880 వ సం.లో ఇరుగు పొరుగు వారు వెలివేసిన ఐరిష్ దేశస్థుడైన కాప్టెన్ బాయ్‌కాట్ పేరుమీద ఏర్పడింది.

స్పూనరిజం (Spoonerism) అంటే మాటల తారుమారు. టౌన్ డ్రెయిన్ అనడానికి బదులుగా దౌన్ ట్రెయిన్ అనడం. మొట్టమొదట డబ్ల్యు. ఎ. స్పూనర్ (1844-1930) దీనిని ప్రారంభించాడు. ఆనాటి నుండి అతడిపేరు మీదుగా ఈ స్పూనరిజం అనే మాట వాడుకలోకి వచ్చింది.

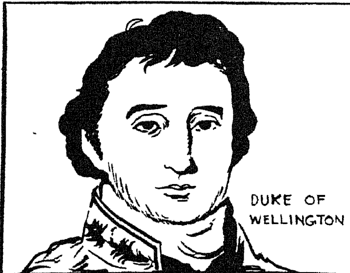
## లింగనిర్ణయం ముందుగానే చేయబడిన మొట్టమొదటి టెస్ట్‌ట్యూబ్ శిశువు

అమెరికా న్యూఆర్లియన్స్ హ్యూమానా హాస్పిటల్‌లో 30 సంవత్సరాల వయస్సుగల ఆంథోనీ మరియు ఫిలిప్స్ స్పెన్సర్ దంపతులకు ఈ సంవత్సరం జనవరి 25 వ తేదీన ఒక ఆరోగ్యవంతమైన మగశిశువు జన్మించాడు. ప్రపంచంలో లింగనిర్ణయం ముందుగానే చేయబడిన మొట్టమొదటి టెస్ట్‌ట్యూబ్ శిశువు ఇదే. తండ్రి రేతస్సు సంబంధమైన మగశిశువును కలిగించే బీజకణాన్ని న్యూఆర్లియన్స్ ఫెర్టిలిటీ ఇన్‌స్టిట్యూట్ లాబొరేటరీలో ఫలదీకరణం చెందించి, తల్లి గర్భాశయంలో పెట్టిన తొమ్మిది నెలలకు శిశువు జన్మించాడు.

# వెనుకబడినవారూ విజయం సాధించగలరు

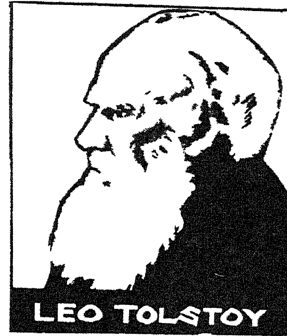
ఎస్. వి. మోఘె

స్కూలులో, కాలేజీలో వెనుకబడిన తెలివితక్కువ వాళ్ళకు వేరే గత్యం తరం లేదా? ప్రతీ ఇంట్లోను, ప్రతీ కుటుంబం లోనూ పుట్టిన పిల్లలు ఒకే రకంగా ఉండరు. కొందరు మంచి కుశాగ్ర బుద్ధితో, ప్రజ్ఞావంతులుగా, ప్రబుద్ధులుగా ఉంటారు. కొందరు కొంచెం తెలివితక్కువగా కని పిస్తారు. క్లాసులలో కొంతమంది ప్రథమ




శ్రేణిలో ఉంటారు. కొందరు అటు ఇటుగా మధ్యరకంగా ఉంటారు. మరి కొందరు అథమశ్రేణిలో ఉంటారు.

అయితే ప్రజ్ఞావంతులైన ప్రబుద్ధులే ప్రపంచంలో రాణిస్తారా? వెనుకబడినవాళ్ళకి అసలు పైకి వచ్చే అవకాశాలుండవా? చిన్నప్పుడు తెలివితక్కువ వారనిపించుకుని, ఎందుకూ పనికిరాని వారనిపించుకుని వెనుక పడిపోయినవాళ్ళంతా క్రమ క్రమంగా పట్టు దల, లక్ష్యశుద్ధితో శ్రమించి అభిలాష శ్రద్ధ ఉంచే తమ తమ ఉద్యమాలలో పైకి వచ్చి రాణించినట్టు అనేకమంది మహాపురుషుల జీవితాలు చాటుతున్నాయి. ఇటువంటివారు కొంతమంది క్లాసులలోను, కాలేజీలలోను



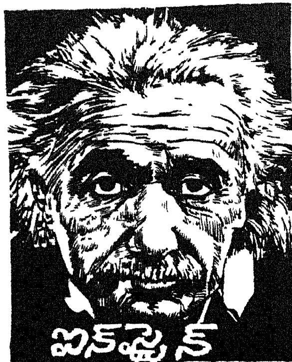

మంచి ప్రజ్ఞావంతు లనిపించుకున్న వారిని కూడా మించిపోయి మంచి పేరు, ప్రతిష్ఠలు, గౌరవాలు పొందారు. గొప్ప చారిత్రక పురుషు లనిపించుకున్నారు.

తెలివితేటలు చాలావరకు వంశ పారం పర్యంగా సంక్రమిస్తాయి. కాని పైకి కుంఠ ల్లాగ కనిపించే వాళ్ళు కూడా అభివృద్ధితో వర్ధిల్లగలరు. ఇద్దరు పిల్లల మధ్య వ్యత్యాసం వారి వారి తెలివితేటలమీద, కుశాగ్రతలమీద కంటే వారి శక్తిసామర్థ్యాల మీద, లక్ష్య శుద్ధి మీద అధికంగా కనిపిస్తుంది అంటాడు డా. ఆర్నాల్డ్.

ఎంత పనికిరాని తెలివితక్కువ వాడని పించుకున్నా తీవ్రమైన మనోనిశ్చయం, పట్టుదల, ఆసక్తి, అభిలాష ఉంచే ఇవి

"వివేకశూన్యుడైన మిత్రుడు, వివేకవంతుడైన శత్రువుకంటే ప్రమాదకారి." —షేక్స్పియర్

లోపించని ప్రబుద్ధుల కంటే ఎక్కువగా. వీరు రాణించగలరు. స్కూల్లో పనికి రాడను కొన్నవాడు తరువాత జీవితంలో మార్పు చెంది, తారుమారై గొప్పవాడవడానికి కారణం—శ్రద్ధ, మనోనిశ్చయం. "శ్రద్ధ,




పట్టుదల ఉంటే ఎంత మందకొడిగా ఉన్నా పరవాలేదు" అంటాడు శామ్యూల్ స్మైల్స్.

క్లాసులలో వెనుకబడిపోయిన వారంతా భావిజీవితంలో ఎప్పుడూ విజయం సాధించ గలరని చెప్పలేం. అలాగే మంచి ప్రజ్ఞా వంతులు, ప్రబుద్ధులు, తెలివితేటలు గల కుశాగ్రబుద్ధు లందరూ అసలు పరాజయం పొందరని చెప్పలేం. ప్రబుద్ధులు, ప్రజ్ఞా వంతులు అనుకొన్నవారు అనారోగ్య కారణంగానో, మంచి లక్ష్యశుద్ధి లేకపోవడం వల్లనో, శ్రద్ధ. అభిలాష, మనోనిశ్చయం లేకపోవడంవల్లనో తరువాత జీవితంలో ఎందుకు పనికిరానివారై పోతున్నారు. కాని తెలివితేటలు తక్కువైనా శ్రద్ధాభక్తు లుండి లక్ష్యశుద్ధితో సక్రమమార్గంలో మంచి ఆశ యంతో ఉద్యమించినవాళ్ళు అందరూ పేరు ప్రతిష్ఠలు గణించి పెద్దవాళ్ళనిపించు కున్నారు. ఏకాగ్రత విజయసాధనకు రాచ బాట. ఎందరెందరో మహానుభావులు ఏకా గ్రత ప్రభావం వల్ల శాస్త్ర విజ్ఞానాన్ని పెంపొందించి ప్రతిభావంతులై ప్రబుద్ధు లయారు. నెపోలియన్, వెల్లింగ్‌టన్ ఇద్దరూ మొద్దు పిల్లలే!

భారతదేశంలో ఆంగ్ల సామ్రాజ్యాన్ని స్థాపించిన రాబర్ట్ క్లైవ్ స్కూలులో శుద్ధ శుంఠ. చాటర్‌టన్ వివేకహీనుడనిపించు

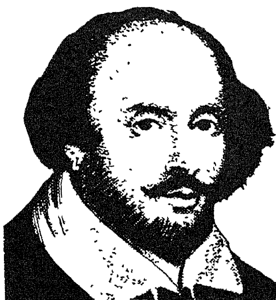
## అన్ని విభాగాలు ఒకే సమంగా బాగా ఉన్నాయి!

ఒక ఆసామి కారు కొనుక్కోడానికి వెళ్ళి "అన్ని భాగాలు ఒకే సమంగా అమరిన కారొకటి కావాలి" అని అడిగాడు. కారు కొనుక్కొని స్వంతంగా నడుపుకుంటూ ఇంటికి బయలుదేరాడు. రెండు మూడు మైళ్ళు వెళ్ళేటప్పటికి కారు నాలుగు చక్రాలు ఊడి వచ్చాయి. మనిషి మాత్రం ప్రమాదం తప్పి బయటపడ్డాడు. కోపంతో మండిపోతూ కారుకొన్న షాపుకు వెళ్ళి తిట్టడం ప్రారంభించాడు.

"అయ్యా, మీరు అడిగిన కారు మేము ఇచ్చాం. అన్ని భాగాలు సమానంగా బాగుండి ఉండకపోతే నాలుగు చక్రాలు ఒకేసారి ఎలా ఊడి వస్తాయి?" అని షాపు యజమాని బదులిచ్చాడు.

"ఏది చెయ్యాలో, ఏది మానాలో తెలుసుకుని చెయ్యవలసింది చెయ్యడం, మానవలసింది మానడం ఇదే నిజమైన సాధన: ఇదే నిజమైన తపస్సు."

కున్నాడు. బర్న్స్ ఒక మొద్దబ్బాయి. గోల్డ్ స్మిత్ బాగా పెరిగి పెద్దయిన తరువాత పేరు పొందాడు. బాగా పెరిగిన తరువాత పూతకు వచ్చిన చెట్టుగా తనను గురించి తానే చెప్పుకునేవాడు. వాట్ స్కూలులో పెద్ద బడుద్దాయి. శామ్యూల్ స్మైల్స్ స్కూలులో మొద్దు. టాల్‌స్టాయ్ తెలివితక్కువ విద్యార్థి. ఆల్‌బర్ట్ ఐన్‌స్టైన్ స్కూలులో అసలు ఎంత



SHAKESPEARE

మాత్రం రాణించలేకపోయాడు. షేక్‌స్పియరు జ్ఞానశూన్యుడు. ఎమర్సన్ ఎందుకూ పనికిరానివాడు. జాన్‌కీట్స్ బుద్ధిమంతు డనిపించుకోలేదు. సర్‌వాల్టర్ స్కాట్ మొద్దు పిల్లలందరికి నాయకుడైన పెద్ద మొద్దు. స్విఫ్ట్ అసలు తెలివిగల విద్యార్థిగా పేరు పొందలేదు. ఆలివర్ గోల్డ్‌స్మిత్ సిగ్గుపడిపోతూ ఎందుకూ పనికి రానివాడనిపించుకున్నాడు. ఎడిసన్ ఒక మందబుద్ధి జేమ్స్‌వాట్ స్కూలులో పనికిరానివాడనిపించుకున్నాడు.

స్కూలు జీవితంలో వెనుకపడిపోయిన వారి జీవితాలన్నీ నాశనం అయిపోతాయని అనుకోనక్కర్లేదు. ఉత్తేజం కలిగిస్తే చాలు వాళ్ళని వాళ్ళు తెలుసుకుంటారు. క్రమమార్గంలో ప్రవర్తింపజేస్తే మనోనిశ్చయంతో, శ్రద్ధతో, పట్టుదలతో, లక్ష్యశుద్ధితో వారి వారి ఉద్యమాలలో వారు చక్కగా రాణిస్తారు. పెద్ద పెద్ద ట్రక్కులను లాగే గుఱ్ఱాలు రేసుకోర్సులో పరుగెత్తలేవు. అలాగే రేసుకోర్సులలో పరుగెత్తే పందెపు గుఱ్ఱాలు రోడ్లమీద ట్రక్కులను లాగలేవు. ఆయా స్థానాలలో ఎవరికి వారు ప్రజ్ఞావంతు లవుతారు.

## నోటి క్యాన్సరుకు వేప విరుగుడు

భారతదేశంలో క్రిమి సంహారిగా పురుగులను నిరోధించడానికి ఆయుర్వేదంలో ఉపయోగించే వేప నోటి సంబంధమైన క్యాన్సరకు మంచిరక్ష అని ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థకు చెందిన డా. డేవిడ్ బార్‌నెస్ ప్రతిపాదిస్తున్నారు. భారతదేశం జనాభాలో నోటికి సంబంధించిన క్యాన్సరు 35 మొదలు 45 శాతం మందికి ఉంది.

## పోస్టు కార్డులమీద నష్టం సాలీనా రూ. 40 కోట్లు

భారతదేశపు పోస్టల్ డిపార్ట్‌మెంట్ దేశంలో 1,40,000 పోస్టు ఆఫీసులను నిర్వహిస్తూంది. తపాలా సేవల మూలకంగా డిపార్టుమెంటుకి సాలీనా రూ. 180 కోట్ల నష్టమే గాక, పోస్టు కార్డుల మీద సాలీనా రూ. 40 కోట్లు నష్టం ఏర్పడుతూంది.

"ఇతరులను క్షమించలేని వాడికి తనను క్షమించమని పరమాత్మను అడిగే అధికారం ఉండదు."

# విజయానికి రహస్యం

వి. కె. సెమ్

దృఢసంకల్పం, శ్రద్ధ అనేది బుద్ధిలేక మనస్సుయొక్క ప్రత్యేక లక్షణం. తాత్సారం, రేపు రేపు అని వాయిదా వేస్తూ కాలయాపన చేయడం దురలవాట్లు అయితే శ్రద్ధ, పట్టుదల, నిలకడ, అభినివేశం. దృఢ సంకల్పం మంచి అలవాట్లు. దురలవాట్లను మానుకొని మంచి అలవాట్లను అవలంబించాలి. దృఢసంకల్పం, పట్టుదల, శ్రద్ధ, అభినివేశం కలిగించుకోవడం కొంచెం



కష్టమైనా అతి సౌలభ్యంగా సాధించుకోవచ్చు. మొండి పట్టుదలతో భీష్మికరించుకు కూర్చుని బాగుపడగలననే ఆశ, నమ్మకం, అపేక్ష. ధైర్యం వట్టి భ్రమ అనుకోకు. ఈ అభిప్రాయం సరికాదు. పొరబడుతున్నావు.

అవకాశం అసలు నిరాశతో ఉండదు. పిరికితనాన్ని వదులుకోవాలి! ధైర్యోత్సాహాలతో ఉండు. దృఢసంకల్పం అలవాటు చేసుకో. విజయానికి దృఢసంకల్పాన్ని మించిన సాధనం మరొకటి లేదు. ఎప్పటికప్పుడు అనుమానించడం మాను. సందేహాలు వద్దు. సంశయ పడకు, ఊరికే ఆలోచించడం మాను. నీ ప్రతిభ, నీ సామ




ర్థ్యం, నీ ప్రజ్ఞ అభివృద్ధి చేసుకునే విధానాన్ని తెలుసుకో. నీ శక్తిలో నీకు నమ్మకం ఉండాలి. సంకల్పబలం పెంచుకో. నిశ్చయ భావం కలుగుకుంది. అవకాశం వచ్చినప్పుడు ఆలస్యం చేయకుండా వెంటనే పట్టుకో. వదలకు.

విజ్ఞానాభివృద్ధి కలిగించుకో. చాతుర్యం నైపుణ్యం, నేర్పు, ప్రావీణ్యతను పెంచుకో. నీ అర్హతలను పెంచుకో. విజయానికి విజయభావన మొదటి మెట్టు. ఓటమిని గురించి మాట్లాడకు. నీ ఆలోచనలు, నీ సంభాషణలు అన్నీ నీ విజయానికి సంబంధించినవిగానే ఉండాలిగాని పరాజయానికి కారణాలను పరిశోధించకు. విజయాన్ని గురించే ఎప్పుడూ ఆలోచించాలి. అవసర

"బంగారంలో ప్రతి సన్నని తీగెకు విలువ ఉన్నట్లే జీవితంలో ప్రతి క్షణానికి విలువ ఉంది."

మనిపిస్తే నీతోటి వారలను నీ స్నేహితులను మార్చుకో.

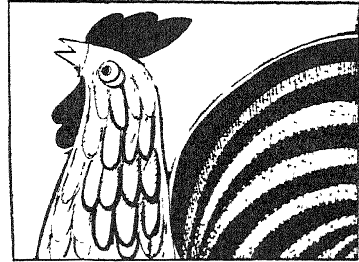
సుప్రసిద్ధుల జీవితాల నుండి పాఠాలను నేర్చుకో. ఎడిసన్ మూడే మూడు నెలల పాటు స్కూలుకు వెళ్ళాడో లేదో గొప్ప విజ్ఞానిగా పేరు పొందాడు. 8.000 పైగా క్రొత్త క్రొత్త వైజ్ఞానిక విషయాలను కనుగొన్నాడు. ఇంత గొప్ప విజయానికి ఇతడి రహస్యం తెలుసుకున్నావా? అతడి తల్లి "పరాజయాన్ని అంగీకరించకు" అని అతడికి బోధించింది. ఓటమి అంగీకరించకుండా సాధించదలచుకున్నది సాధించే వరకూ కృషి చేయి.

థామస్ ఎడిసన్, హెన్రీఫోర్డు సాన్నిధ్యంలో తిరుగుతూ నెపోలియన్ హిల్ వారి జీవితాలను విశ్లేషించి తెలుసుకున్నాడు.

శ్రద్ధాభక్తులు, దృఢసంకల్పం దిగ్విజయాలకు కారణమని తెలుసుకోగలవు. నిరుత్సాహంతో అధైర్యపడిపోతే నీలో నీకు వైరం, పోరాటం ప్రారంభమవుతుంది. ధైర్యంతో, నమ్మకంతో, ఆశతో ప్రారంభిస్తే చెక్కుచెదరని చైతన్యశక్తి ఉద్భవిస్తుంది. సమర్థత పెరుగుతుంది. నైపుణ్యత పెరుగుతుంది. అసాధ్యమనించేవి సాధ్యమవుతాయి.

అంతా నీ మంచికే అనే భావంతో, ఆత్మవిశ్వాసంతో ఉద్యమిస్తే విజయవంతుడవు తావు. జీవితంలో విజయం అందుబాటులో ఉంటుంది.

## 'ఒనగాడొరి' జాతి పుంజులకు తోకలు చాలా నిడివి



సుమారు 200 సంవత్సరాలకు పూర్వం జపానులో పెంచబడ్డ 'ఒనగాదొరి' జాతి పుంజులకు తోక చాలా నిడివిగా ఉంటుంది. 45 సెం.మీ. పొడవు గల ఈ పుంజులకు తోకలు 14 మీటర్ల పొడవుగా ఉంటాయి.

—('మిషా' సౌజన్యంతో)

(32వ పేజీ తరువాయి)

గలరు. అక్కడ భూమి మీద కంటే భూమ్యాకర్షణ శక్తి చాలా తక్కువ కాబట్టి గాలిలో హైజంప్ చేస్తే 24 అడుగుల దాకా ఎగురవచ్చు.

## బొగ్గు ఎలా ఏర్పడింది?

250 మిలియను సంవత్సరాలకు పూర్వం భూమిలో క్రుళ్ళి చీకి పశించి పోయిన శాకాద్రవ్యాలు మెల్లిగా రసాయన వియోగం చెందడం వల్ల బొగ్గు ఏర్పడింది.

"అభ్యాసం వల్ల విద్య, గుణం వల్ల మానవుడు,
దానం వల్ల ధనం, సాధుస్వభావం వల్ల అధికారం రాణిస్తాయి." —చాణక్యుడు

# బహుమతి పొందిన వ్యాసం

## నిత్యజీవితంలో జ్యోతిషం యొక్క స్థానం

కోసూరి శ్రీనివాసరావు, అనపర్తి.

ఆది మానవుడు భగవంతుడి ఆగ్రహాను గ్రహాల్ని తన జీవితంపై ప్రభావపర్చేందుకు గ్రహచలనాన్ని ఏ విధంగా కలిపిస్తున్నాడో తెలుసుకునేందుకు తహ తహ లాడుతూ ఆరాట పడటమే జ్యోతిషానికి ఆధారం. గ్రహగతులను గణిస్తూ జ్యోతిష్కులు ఒక వ్యక్తి జన్మఫలాలను గురించి అతడి జీవితంలో ముఖ్య సంఘటనలను గురించి చెప్పటానికి ప్రయత్నిస్తున్నారు. ఇది ప్రకృతి వైపరీత్యాలతో పాటు మానవుని నిత్య జీవితం కూడా వివిధ గ్రహాల వల్ల ప్రభావిత మవుతుందనే నమ్మికతో కూడుకుని ఉంది.

భారతదేశంలో అనేక సంవత్సరాల నుంచీ మతంతో ముడిపడి జ్యోతిషం నిరాటంకంగా వర్ధిల్లుతూంది. ఇది నేడు మరింత ప్రవృద్ధి పొందింది. కంప్యూటరైజ్డ్ ఎస్ట్రాలాజికల్ ఎనాలిసిస్ ద్వారా "మీ అదృష్టాన్ని తెలుసుకోండి" వంటి ప్రకటనలను బట్టి నిత్య జీవితంలో జ్యోతిషం స్థానాన్ని అంచనా వేయవచ్చు. జ్యోతిషం ఒక శాస్త్రంగా వైఫల్యం పొందింది. పునాది గణింపుల లోనే ఊహలతో ప్రారంభమయింది. ఏ మనిషి జీవితమైనా జన్మసమయం మీద ఆధారపడి ఉంటుందని ఎలా అనగలం? ఒక వేళ పుట్టుక సమయాలమీద జీవితాలు ఆధారపడి ఉంటే వైద్యశాస్త్ర సహాయంతో పుట్టుకలను నియంత్రించుకోవచ్చు.

జ్యోతిష్కులకు తాము చెప్పేవన్నీ ఊహలమీద ఆధారపడి ఉంటాయని తెలుసు. అయినా జ్యోతిషం ఎందుకింకా మన గలుగుతూంది? జ్యోతిషంలో ఉండే అంతుచిక్కని గుర్తులు, లెక్కలు సామాన్యుని ముగ్ధపరుస్తున్నాయి.

### విద్య అంటే?



వివేచనాశక్తి లేకుండా అప్రయత్నంగా ప్రవర్తించే అనాగరిక మృగం సంకుచిత స్వాభిమానాన్ని వీడి సువిశాల దృక్పథంలో సంస్కారంతో వివేకవంతంగా చింతించి తనలో జీర్ణించుకుపోయిన మృగనైజాన్ని అంతరింప జేసుకో గల అపూర్వ శక్తి విద్య.

—యూజిని. హెచ్. స్లోన్.

"కష్టనష్టాలు అనుభవించిన తర్వాతకాని
మనిషికి వినయం, వివేకం కలుగవు" —పాంకిన్

చాలామంది జ్యోతిష్కులు వినేవారికి రుచించే విధంగా భవిష్యత్తు చెబుతారు. "అప కాశం మీకు బాగా వచ్చుతుంది," "కనీసం ఆ రూపంగానైనా మా ప్రత్యేక శక్తిని తెలుసుకునే సమయం వస్తుంది." వంటి మాటలు తాపత్రయాలతో జాతకాలు చెప్పించుకునే వారికి ఉపశమనం కలిగిస్తాయి. ఉత్సాహం కలుగుతుంది. మనిషికి కొంత ఓదార్పు కలుగుతుంది.

అయితే జ్యోతిష్కుల ఊహలన్నీ అసత్యాలని తెలిసికూడా గొప్ప గొప్ప శాస్త్రజ్ఞులు, మేధావులు కూడా జ్యోతిషంపట్ల సమగ్ర పరిశీలన్, పరిశోధన చేయకుండా జ్యోతిషాన్ని నిత్యజీవితంతో ముడి పెట్టటానికి ప్రయత్నిస్తూ ప్రోత్సహించడం అమాయక ప్రజలను మోసపుచ్చటమే:

* * *

సురేంద్రరావు కులకర్ణి, బీమ్యాకారు:

జ్యోతిషంపట్ల ప్రపంచంలో అన్ని మతాలలోను ఒక మూఢనమ్మకం ఉంది. భౌతికవాదులనే కమ్యూనిస్టు దేశాలలో సైతం ప్రజలు చాటు మాటుగా జాతక ఫలాలు చెప్పించుకుంటూ ఉంటారు.

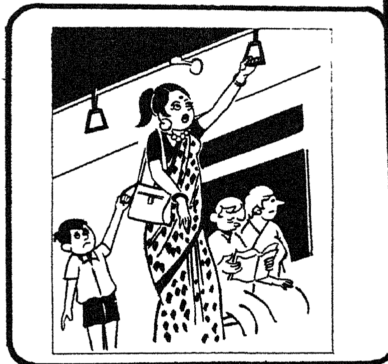
వార్షఫలాలు, మాసఫలాలు, అదృష్ట జాతకఫలాలు, మొదలైనవన్నీ జ్యోతిష శాస్త్రానికి సంబంధించినవే. అసలు జ్యోతిషం అంటే సామాన్యులే గాక ఆధునికభావాలు కలిగినవాళ్లు కూడా మక్కువ చూపిస్తున్నారు.

అసలు గ్రహచారాలు అంటూ ఉన్నాయా? గ్రహచారానికి, మానవుని జీవితానికి ఎటువంటి సంబంధం ఉందో అనూహ్యంగా ఉంది.

అంతరిక్షగ్రహాలు భూగ్రహంలో మానవుని నిత్య జీవితానికి ఆటంకాలు కలిగిస్తాయి, అదృష్టం కలిగిస్తాయి అనడం నమ్మలేని విషయం. అన్ని గ్రహాలవలెనే భూమి కూడా ఒక గ్రహమే. త్రాడును చూచి పామని భయపడే పామరులను చూస్తుంటే జాలేస్తుంది.

అనేక గ్రహాలు కోట్లకొద్దీ కాంతి సంవత్సరాల దూరంలో ఉన్నాయి. వాటి ప్రభావం ఎలా పడుతుందో అర్థంచేసుకోలేని మానవులు అంధకార బంధురంలో ఇప్పటికీ ఉన్నారంటే శాస్త్రజ్ఞులు ఆశ్చర్యపోతున్నారు.

నేడు జ్యోతిష శాస్త్రం ముందు అన్ని



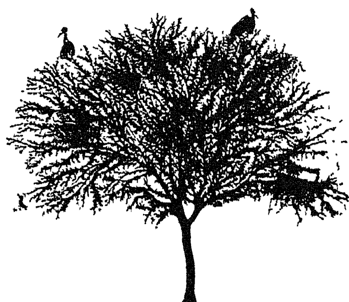
శాస్త్రాలు వెలవెలపోతున్నాయి. బుద్ధిని అనుసరించి కర్మ. కర్మను అనుసరించి ఫలం అని అందరకూ తెలుసు. జనం వేలం వెర్రిగా నిత్య జీవితంలో జ్యోతిషంపట్ల అభిమానం పెంచుకుంటే ఎవరు మాత్రం ఏం చేయగలరు? వారి వారి ఖర్మ అని ఊరుకోవాలి.

* * *

"వ్యాధికి ఔషధం వెదుక్కోవడం కంటే,
[illegible] తతో విరోధించుకోడం [illegible]

# తుమ్మచెట్టు వివిధ ఉపయోగాలు

పెద్దపెద్ద నగరాలలోను, పట్టణాలలోను నివసించే వారికి అంత తెలియకపోయినా గ్రామాలలోను, పల్లెప్రాంతాలలోను ఉండే వారందరికీ తుమ్మచెట్టును గురించి తెలిసే ఉంటుంది. ఇది ఎందుకు పనికిరాని ముళ్ళ చెట్టు అనే చాలామంది అభిప్రాయం. కాని ఇది మనకు అనేకవిధాలుగా ఉపయోగపడుతుంది. ఇది అంతపెద్ద వృక్షం కాదు; మరీ



చిన్న చెట్టు కాదు. మధ్యఃకంగా పెరిగే చెట్టు.

దీన్నే అకేసియా అరాబికా (Acacia Arabica) అంటారు. ఈ జాతికి చెందినవి ముఖ్యంగా నల్లతుమ్మ, తెల్లతుమ్మ, బుడ్డతుమ్మ, సీమతుమ్మ అని నాలుగు రకాలున్నాయి. ఈ చెట్ల బెరడు కాయలు ఇండియా నుంచి యూరప్‌కు ఎగుమతి అవుతాయి. వాటినుండి తీసిన ద్రావకం దిగుమతి అయి టానిన్‌గా ఇక్కడ వినియోగపడుతూంది.

గ్రామాలలో తోటలకు వీటిని కంచెలుగా పెంచుతారు. వ్యవసాయదారులకు అవసరమైన

## సెంట్రల్ ఫిషరీస్ కార్పొరేషన్‌కి నష్టం రూ. 382.24 లక్షలు:

1982 ఏప్రిల్ 26 వరకు బనానా మరియు ఫ్రూట్ డెవలప్‌మెంట్ కార్పొరేషన్‌వారు రూ. 132.90 లక్షల నష్టాన్ని పొందారు. సెంట్రల్ ఫిషరీస్ కార్పొరేషన్ లిమిటెడ్ వారు 1983 జూన్ 17 వరకు రూ. 382.24 లక్షల నష్టాన్ని పొందారు.

* * *

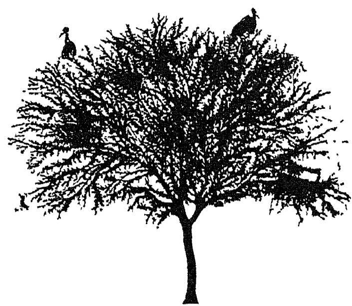
## 700 మిలియను మంది కటిక దారిద్ర్యం అనుభవిస్తున్నారు

యునైటెడ్ నేషన్స్ ఆహార మరియు వ్యవసాయక సంస్థ (FAO) వారి వివరణ ప్రకారం మొత్తం 68 అభివృద్ధి పొందుతూన్న వర్ధమాన దేశాలలో నివసించే 1,340 మిలియను మంది జనాభాలో సగానికి సగం పైగా - అంటే సుమారు 700 మిలియను మంది - కటిక దారిద్ర్యాన్ని అనుభవిస్తున్నారు.

"వృద్ధాప్యం సమీపిస్తూన్న కొద్దీ సౌందర్యం లోలోపల దాక్కుంటుంది."

# తుమ్మచెట్టు వివిధ ఉపయోగాలు

పెద్దపెద్ద నగరాలలోను, పట్టణాలలోను నివసించే వారికి అంత తెలియకపోయినా గ్రామాలలోను, పల్లెప్రాంతాలలోను ఉండే వారందరికీ తుమ్మచెట్టును గురించి తెలిసే ఉంటుంది. ఇది ఎందుకు పనికిరాని ముళ్ళ చెట్టు అనే చాలామంది అభిప్రాయం. కాని ఇది మనకు అనేకవిధాలుగా ఉపయోగపడుతుంది. ఇది అంతపెద్ద వృక్షం కాదు; మరీ



చిన్న చెట్టు కాదు. మధ్యఃకంగా పెరిగే చెట్టు.

దీన్నే అకేసియా అరాబికా (Acacia Arabica) అంటారు. ఈ జాతికి చెందినవి ముఖ్యంగా నల్లతుమ్మ, తెల్లతుమ్మ, బుడ్డతుమ్మ, సీమతుమ్మ అని నాలుగు రకాలున్నాయి. ఈ చెట్ల బెరడు కాయలు ఇండియా నుంచి యూరప్‌కు ఎగుమతి అవుతాయి. వాటినుండి తీసిన ద్రావకం దిగుమతి అయి టానిన్‌గా ఇక్కడ వినియోగపడుతూంది.

గ్రామాలలో తోటలకు వీటిని కంచెలుగా పెంచుతారు. వ్యవసాయదారులకు అవసరమైన

## సెంట్రల్ ఫిషరీస్ కార్పొరేషన్‌కి నష్టం రూ. 382.24 లక్షలు:

1982 ఏప్రిల్ 26 వరకు బనానా మరియు ఫ్రూట్ డెవలప్‌మెంట్ కార్పొరేషన్‌వారు రూ. 132.90 లక్షల నష్టాన్ని పొందారు. సెంట్రల్ ఫిషరీస్ కార్పొరేషన్ లిమిటెడ్ వారు 1983 జూన్ 17 వరకు రూ. 382.24 లక్షల నష్టాన్ని పొందారు.

* * *

## 700 మిలియనుల మంది కటిక దారిద్ర్యం అనుభవిస్తున్నారు

యునైటెడ్ నేషన్స్ ఆహార మరియు వ్యవసాయక సంస్థ (FAO) వారి వివరణ ప్రకారం మొత్తం 68 అభివృద్ధి పొందుతూన్న వర్ధమాన దేశాలలో నివసించే 1,340 మిలియను మంది జనాభాలో సగానికి సగం పైగా - అంటే సుమారు 700 మిలియను మంది - కటిక దారిద్ర్యాన్ని అనుభవిస్తున్నారు.

"వృద్ధాప్యం సమీపిస్తూన్న కొద్దీ సౌందర్యం లోలోపల దాక్కుంటుంది."

కంప, రాటలు, స్తంభాలు లభిస్తాయి. కంపను సాధారణంగా చిన్న చిన్న మొక్కలకు, పాదులకు పశువులు మేయకుండా రక్షణగా ఉపయోగిస్తారు. పాకలకు, పందిళ్ళకు రాటలు, స్తంభాలు వాసాలుగా ఉపయోగిస్తారు. దీని కాయలు పశువులకు మంచి మేత. తుమ్మ కర్ర చాలా దిట్టంగా ఉండి చాలాకాలం మన్నుతుంది. చెదపట్టదు. బాగా ముదిరిన మ్రాను చావకర్ర నల్లగా అందంగా ఉంటుంది. చిన్న బొమ్మలు, ఆటవస్తువులు దీంతో తయారుచేస్తారు. తుమ్మను గ్రామాలలో వంటచెరకుగా విస్తారంగా వాడతారు. చింతపుల్ల తరువాత బాగా నిలిచి మండుతూ వేడిని ఇస్తుంది.

తుమ్మచెక్క చెప్పుల అట్టల మధ్య దళసరి కోసం వాడతారు. మడమల క్రింద ఉపయోగిస్తారు. బట్టలకు ముదర సీరుకావి రంగు వేయడానికి తుమ్మ బెరడు చాలా ముఖ్యం. చెక్కను ఉడకబెట్టి రమ్ము, దేశవాళీ సారాయిని బట్టీపడతారు. కాగితపు పరిశ్రమలో కూడా దీని ఉపయోగం కనిపిస్తుంది.

తుమ్మకాయలు నానబెట్టి ఉడకబెడితే కార్బనిక ఆమ్లాలు (Organic Acids) లభిస్తాయి. వీటితో తోళ్ళను పదునుబెట్టి వాటికి ఒక విధమైన పసుపువర్ణం (buff colour) వేయడం ప్రాచీనకాలంనుంచీ మన దేశంలో వాడుకలో ఉంది. కాయలు ఉడకబెట్టి 'ష్యాబురా' (syah bhura) అనే ఒటి ద్రవాన్ని తయారు చేస్తారు. పదును పెట్టి వాటిమీది వెంట్రుకలను పోగొట్టి వాటియందుండే సున్నపు పాలను తగ్గించడానికి తోళ్ళను ఈ ద్రవంలో నానబెడతారు.

## కాఫీ, టీలు



కాఫీ, టీ మొదలైన పానీయాలలోను, నొప్పులను పోగొట్టుకొనేందుకు తీసుకునే మాత్రలలోను ఉండే 'కెఫీన్'కి నిద్రను చెడగొట్టే గుణం ఉంది. సాధారణంగా రాత్రిళ్లు నిద్రపట్టకపోవడానికి ముఖ్యకారణం వీటిని ఎక్కువగా వాడడం. ఒక కప్పు ఇన్‌స్టెంట్ కాఫీలో 60 మొదలు 100 మి.గ్రా. లు 'కెఫీన్' ఉంటుంది. ఇదే ఫిల్టర్ కాఫీ అయితే 150 మి.గ్రా. లు ఉంటుంది. టీలో కప్పుకి 40 మొదలు 60 మి.గ్రా. లు, నొప్పులను పోగొట్టే మాత్రలలో 30 మొదలు 50 మి.గ్రా 'కెఫీన్' ఉంటుంది. లండన్ ఇన్‌స్టిట్యూట్ ఆఫ్ సైకియాట్రిక్‌కి చెందిన డా. మాల్కోమ్ బ్రూస్ 'కెఫీన్' అధికంగా ఉండే పదార్థాలను వీలైనంత తక్కువగా వాడమని హెచ్చరిస్తున్నారు.

---

"జారిన మాట, ఎగిరిపోయిన పక్షి, గతించిన కాలం, పోగొట్టుకున్న అవకాశం తిరిగి లభించవు."

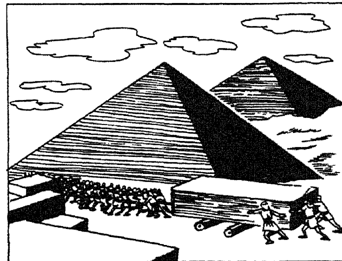
పళ్ళపొడుల తయారీలోను, సిరాల తయారీల్ ను దీని ఉపయోగం కనిపిస్తుంది. చిన్నచిన్న తుమ్మపుల్లలు పందుం పుల్లలు (పళ్ళు తోముకోడానికి) గా ఎంతోమంది వాడతారు. పళ్ళకు గట్టితనాన్ని కలిగిస్తుంది. నోరు శుభ్రపడుతుంది. తుమ్మ చెట్టు కాండాలనుండి వచ్చే ఒక విధమైన బంక తుమ్మజిగురు. ఫిబ్రవరి, మే నెలలలో చెట్ల బెరడును అడ్డముగా అక్కడక్కడ ఒలిస్తే చిక్కటి బంక చుక్కలు, చుక్కలుగా కారి ఘనీభవిస్తుంది. ఎండబెడితే తెల్లగా తయారవుతుంది. ఆయుర్వేద ఔషధాలలో ఎక్కువగా ఉపయోగపడుతుంది. క్యాలికో ప్రింటింగులకు, రంగులను గట్టిపరచడానికి, అగ్గిపుల్లల తయారీకి కూడా ఇది ఉపయోగ పడుతుంది.

సన్నపాటి కొమ్మలతో చాలాకాలం మన్నే గట్టి బుట్టలు అల్లుతారు. తుమ్మవేరు చెక్క చక్కెర పరిశ్రమలలో వాడబడు తుంది. తుమ్మ చిగురు, తుమ్మ చెక్క, తుమ్మ కాయలు మొదలైనవాటితో వర్ణద్రవం తయారుచేసి నూలుబట్టలకు, పట్టుబట్టలకు రంగులు వేస్తారు.

సాధారణంగా తుమ్మచెట్లు బీడు ప్రదేశాలలో బాగా పెరుగుతాయి. రెమ్మలకు వాడిగా ఉండే ముళ్ళుంటాయి. వీటి పువ్వులు, చిన్న చిన్న గుత్తులుగా పసుపుపచ్చని రంగులో చూడడానికి సొగసుగా ఉంటాయి. ఎక్కువగా కాలవగట్లమ్మట బయలుదేరతాయి. కాబట్టి నీటిపక్షులు ఈ చెట్లమీద గూళ్ళు కట్టుకుంటాయి.

నల్లరేగడి నేలలో బాగా పెరుగుతుంది. నదుల గట్లమీద, ఇసుక నేలలో కూడా ఏపుగా పెరుగుతాయి. జూన్. జూలై మాసాలలో పూతమీద తుమ్మచెట్లు ఎంతో ప్రకృతి రమణీయంగా ఉంటాయి.

## మానవుని జిజ్ఞాస చంద్రలోక విజయానికి కారణం



జిజ్ఞాసవల్లే మానవుడు తలపెట్టిన కార్యం మనోనిశ్చయంతో, నైపుణ్యంతో అత్యల్ప కాలంలో, అల్పశక్తి వినియోగంతో, అతి సార్థకంగా సాధించగలుగుతున్నాడు. కొందరు ఒక పనిని నెరవేర్చగలమా అని ఆలోచిస్తూండగానే జిజ్ఞాస సాధించేస్తుంది. జిజ్ఞాసవల్లే ఈజిప్టు పిరమిడ్లు, యూరప్‌లో పెద్ద పెద్ద చర్చిలు నిర్మించబడ్డాయి. జిజ్ఞాసవల్లే అట్లాంటిక్ మహాసముద్రం దాటడానికి సదుపాయాలు కల్పించబడ్డాయి. అణువులు విభజించబడ్డాయి, విద్యుచ్ఛక్తి నియంత్రింపబడింది, చంద్రలోకంలో మానవుడు పాదం పెట్టగలిగాడు. ఇదే నీకూ విజయం చేకూరుస్తుంది.

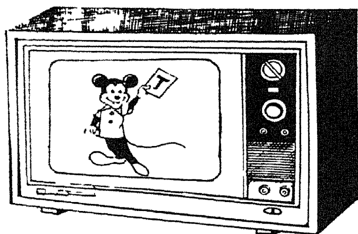
"కలంకమైనప్పుడు మనస్సు మానవుని పరమశత్రువు,
నిష్కలంకమైనప్పుడు అదే ఆప్తమిత్రుడు.

# నిజాలు-నిదర్శనాలు

## నాలుగు పెద్ద నగరాలలో టెలివిజన్ చూసేవారు 11 మిలియను మంది:

కలకత్తా, ఢిల్లీ, బొంబాయి, మద్రాసు నాలుగు పెద్ద నగరాలలోను మొత్తం 11 మిలియను మంది పెద్దవారు టెలివిజన్ చూస్తారు. ఈ నగరాలలో మొత్తం 2 మిలియను టీ.వి. సెట్లున్నాయి.

* * *



## మేఘాలయాలో అత్యధిక శాతం విద్యార్థినులు:

నాల్గవ అఖిలభారత విద్యా విషయక పరిశీలన ప్రకారం మేఘాలయాలో అత్యధిక శాతం చదువుకునే ఆడపిల్లలు (49.33), రాజస్థాన్‌లో అత్యధమం (29.33).

* * *

## ఉరుగ్వేలో 46 శాతం బాలుర, బాలికలు ధూమపానం చేస్తారు:

అమెరికాలో సిగరెట్లు కాల్చే 20 సం.ల లోపు బాలురు 16 శాతం, బాలికలు 19 శాతం. న్యూగినీపాపువాలో ఇదే వరుసగా 26, 13 శాతం. నైజీరియాలో 14, 10 శాతం. భారతదేశంలో 9, 6 శాతం. దక్షిణ అమెరికా ఉరుగ్వేలో సిగరెట్లు కాల్చే బాలురు, బాలికలు మొత్తం 46 శాతం.

* * *

## భారతదేశంలో 148 లైట్‌హౌస్‌లు:

భారతదేశానికి క్రొత్తగా స్వాతంత్ర్యం సిద్ధించిన సమయంలో భారతీయ ప్రభుత్వపు లైట్‌హౌస్‌లు, లైట్‌షిప్పుల డిపార్టుమెంటు వారు 17 లైట్‌హౌస్‌లను నిర్వహించవలసి ఉండేది. ఇది ఇప్పుడు 148 కి పెరిగింది. త్వరలోనే ఈ డిపార్టుమెంటు ఇంకా 20 లైట్‌హౌసులను, ఇతర నౌకాయాన సౌకర్యాలను ఏర్పాటు చేయదలచుకున్నారు.

* * *

## దక్షిణ కొరియాలో ధాన్యం అధికంగా పండుతుంది:

భారతదేశంలో హెక్టేరుకి 1,790 కి.గ్రా.

"త్యాగం లేకుండా ఘనకార్యం చేసి ఘనుడనిపించుకోలేవు."

—స్వామి వివేకానంద

మాత్రమే ధాన్యం పండుతుంది. ఇది వరుసగా చైనాలో 3,720, అమెరికాలో 5,140, జపానులో 6,240, దక్షిణ కొరి కొరియాలో 6,560.

* * *

## భారతదేశంలో 32,884 గ్రామీణ టెలిగ్రాఫు ఆఫీసులు:

ప్రస్తుతం భారతదేశంలో ఉన్న 32,884 గ్రామీణ టెలిగ్రాఫు ఆఫీసులలో ఆంధ్ర ప్రదేశ్‌లో అత్యధికం 5,056, తరువాత తమిళనాడులో 5,046, దాని తరువాత ఉత్తరప్రదేశ్‌లో 4,736 ఉన్నాయి.

* * *

## భారతదేశంలో తలసరి మందుల వినియోగం:

భారతదేశంలో తలసరి మందుల విని యోగానికి ఖర్చు సంవత్సరానికి కేవలం రూ. 18/- లు మాత్రమే. వినియోగపడే ఈ మందులలో 60 శాతం, నగర ప్రదేశాలలో 20 శాతం జనాభాకు మాత్రమే అందుబాటులో ఉన్నాయి.

* * *

## విమాన ప్రమాదాలలో మరణావకాశాలు:

1985 వ సం. లో ప్రపంచం మొత్తం మీద ప్రమాదాలు విపరీతంగా సంభవించినా విమాన ప్రమాదాలలో మరణావకాశాలు 6,00,000 కు ఒకటి. అదే 1984 వ సం. లో 3.7 మిలియనుకు ఒకటి. మైళ్ళ లెక్కలో విమాన ప్రమాదాలలో కంటె కారు ప్రమాదాల వల్ల మరణావకాశాలు 100 రెట్లు అధికం.

## తప్పు ధర్మానిది కాదు!



మతాలని ఖండించడం, ధర్మాన్ని నిందించడం ఎందుకు? తప్పు ధర్మానిది కాదు; మతానిది కాదు. ఏ మతం - ఏ ధర్మం మానవుని హింసించలేదు. మంత్ర ప్రయోగాలు చేయలేదు. మతాలు, ధర్మాలు ఎన్నటికీ పాప కార్యాలకు ఒడిగట్టుకోవు. లోకంలో ప్రజలు ఇవి ఆచరిస్తున్నారంటే రాజకీయాల ఫలితమే గాని మత ధర్మాల పరిణామం కాదు. అటువంటి రాజకీయాలు ధర్మం అనిపించుకుంటే ఎవరిది తప్పు?

—స్వామీ వివేకానంద

"వర్షపు సీటివంటిది బుద్ధి. వర్షించిన సీటివంటిది మనస్సు."

# ములగకాడ

ఏ.పి. జయ

ములగచెట్టు కాయలు ములగ కాయలు. ఈ ములగకాయలనే ములగ కాడలని కూడా అంటాం. తమిళంలో 'మురింగా', కన్నడంలో 'నుగ్గే కాయ్', హిందీలో 'సంజానా' లేక 'సెజావ్', ఆంగ్లంలో 'డ్రమ్‌స్టిక్' అంటారు. దీనికి వృక్షశాస్త్ర నామము Moringa Pterygosperm). ఇది చిన్న చెట్టుగా పెరుగుతుంది. చెట్టు, కొమ్మలు అంత బలిష్ఠమైనవి కావు. చాలా



పెళుసుగా ఉంటాయి. బాగా పెరిగిన చెట్టు గుత్తులు, గుత్తులుగా తెల్లటి పువ్వులు పూస్తాయి. ఈ పువ్వులకు కాయలు దిగుతాయి. కాయలు పలకలుదేరి సన్నగా ఒకటి లేక ఒకటిన్నర అడుగు పొడవుగా ఉంటాయి. అందుకే వీటిని కాడలంటారు.

ముదిరిన కొమ్మ పాతిపెడితే అది వేళ్ళు తన్ని పెరుగుతుంది. చాలా త్వరగా కాపుకు వస్తుంది. ఇటీవల దీనిని అభివృద్ధిచేసి

## జింబాబ్‌వీన్స్ సిగరెట్లు ఎక్కువగా కాలుస్తారు

ఆఫ్రికాలో నివసించే జింబాబ్‌వీన్స్ ఆఫ్రికాలోని మిగతావారికంటే సిగరెట్లు అధికంగా కాలుస్తారు. ఇక్కడ నెలకి 200 మిలియను సిగరెట్లు, 30,000 కి.గ్రా. ల పొగాకు కాలుసారు.

## క్లియోపాత్రా పేరుతో ఈజిప్ట్ రాతి స్తంబాలు

ఈజిప్టులో ఓబిలిస్క్స్ అనే పెద్ద పెద్ద ప్రాచీన రాతిస్తంభాలను క్లియో పాట్రాస్ నీడిల్ Cleopatra's Needle) అంటారు. 19 వ శతాబ్దంలో ఈజిప్టు పరిపాలకులు బహూకరించిన ఈ స్తంభాలు వరుసగా న్యూయార్కు నగరం సెంట్రల్ పార్కులో ఒకటి, లండన్‌నగరం థేమ్సునది గట్టుమీద ఒకటి, పారిస్ ప్లేస్ డి లా కాన్‌కోర్డ్‌లో ఒకటి ఏర్పాటు చేసారు. 69 అ. ఎత్తు, $7\frac{1}{2}$ అ. పీఠం కలిగి 200 టన్నులు బరువుండి న్యూయార్కు నగరంలో ఉన్న స్తంభం 3000 సం.ల కన్న పురాతనమైనది. దీనిని ఈజిప్టునుంచి తెచ్చారు.

"అనురాగము దేనియందు ఎంతవరకు ఉండవలయునో గమనించి తదనుగుణ్యంగా ప్రవర్తించువారు పెద్దలు."

రెండేసి అడుగుల పొడవు కాయలను కూడా పండిస్తున్నారు.

భారతదేశంలో దాక్షిణాత్యులు దీనిని విస్తారంగా వాడతారు. సాంబారు, పులుసు మొదలైనవి తయారు చేసుకుంటారు. మంచి సువాసనగా, రుచిగా ఉంటుంది. ములగ ఆకులో విటమినులు అధికంగా లభిస్తాయి. ములగ ఆకులో విటమిను 'ఏ', విటమిను 'సి', కాల్షియం పుష్కలంగా లభిస్తాయి. ఒక కప్పు ములగ ఆకురసంలో 80 కప్పుల ఆవుపాలు, ఆరు ఆరెంజిలు, ఎనిమిది అరటి పళ్ళు లేక 2.5 కి.గ్రా. మామిడిపళ్ళు ఇచ్చే పౌష్టికత, శక్తి ఉంటుంది. కాబట్టి చంటిపిల్లలకు, పెరుగుతూన్న పిల్లలకు ఇది అమూల్యమైన టానిక్‌లా పనిచేస్తుంది. ఒక కప్పు ములగఆకు రసం తీసి పాత్రలో పెట్టి దానిని వేడినీటిలో ఉడకబెట్టి చల్లార్చి వడకట్టి శుభ్రమైన రసాన్ని పాలతో కలిపి ఇస్తే పిల్లలకు మంచి ఆరోగ్యకరము. రక్తం శుభ్రపడుతుంది. శరీరంలో ఎముకలు గట్టిపడతాయి. ముఖ్యంగా శరీరంలో రోగనిరోధక శక్తి కలుగుతుంది. గర్భిణీ స్త్రీలు, ప్రసవించిన స్త్రీలు సక్రమంగా దీనిని సేవిస్తే వారికి అవసరమయే కాల్షియం, ఇనుము, ఇతర విటమినులు సులభంగా లభిస్తాయి. గర్భకోశస్తబ్దత (Inertia) పోయి చురుకు బడుతుంది. సుఖప్రసవం కలుగుతుంది. ప్రసవానంతర రోగాలను అరికట్టి నివారిస్తుంది. శిశువు ఆరోగ్యవంతంగా బలంగా పెరుగుతుంది.

ములగకాయలకు కండపుష్టి అంతగా ఉండదు. ములగ ఆకు, పువ్వు కూడా తోటకూరలాగే కూర చేసుకోవచ్చు. ఆకులు, పువ్వులు సన్నగా తరిగి పులుసుకూర చేసుకోవచ్చు లేక సన్నగా తరిగిన ములగ ఆకు కూరకు కొబ్బరికోరు కలిపి పోపులోవేసి కూర చేసుకోవచ్చు. ఇది మంచి రుచికరం, పుష్టికరమైనది.

## పుష్కలమైన నది



దక్షిణ అమెరికా అమెజాన్ నది ప్రపంచంలో అత్యధికంగా నీరు ప్రవహించే నది.

## న్యూయార్కు నగరంలో 47 అంతస్తుల హోటలు!

అమెరికా న్యూయార్కు నగరంలో 1,00,00,000 పౌండ్ల ఖర్చుతో నిర్మించబడిన వాల్‌డార్ఫ్ - 2,200 గదులుండే 47 అంతస్తుల హోటలు ప్రతీరోజూ 10,000 మందికి భోజన సదుపాయాలు కలిగిస్తుంది. వీరి నియమాలు, నిబంధనలు 118 పుటల పెద్ద పుస్తకం.

"సృష్టి నిత్యం చిగురిస్తూ విస్తరించడానికి కారణం రాగమనే అనుబంధం."

# నీవు సుఖపడుతున్నావా?

క్రింద పది ప్రశ్నలు ఇవ్వబడ్డాయి. వీటిలో ఏ ఎనిమిదింటికైనా 'ఔను' అనే సమాధానం ఇవ్వగలిగితే మీరు జీవితంలో సుఖవంతులే. నాలుగు ప్రశ్నలకైనా 'ఔను' అనే సమాధానం చెప్పుకోలేకపోతే మీ సుఖ జీవితానికి అంతరాయం కలుగుతున్న సూచనలున్నాయి. కాబట్టి వెంటనే ప్రతిక్రియకు ఆరంభించి జాగ్రత్తపడాలి.

1. ఎటువంటి అవరోధాలు, ఆటంకాలు ఏర్పడినా, ఎన్ని కష్టాలు కలిగినా ఆశయాలను వదలకుండా పట్టుదలతో ప్రయత్నించిన (మీ మేనమామ, పినతండ్రి, ఇతర ఆప్తులు, మిత్రులు లేక ఎవరినైనా) వారిని జ్ఞాపకం చేసుకుంటున్నావా?



2. ఇంట్లోనో, కాలేజీలోనో లేక ఉద్యోగం చేసే ఆఫీసులోనో నీ చుట్టు ప్రక్కల వారిని అభినందిస్తావా? లేక బోరు డుతున్నారని విసుగుకుంటావా?

3. ఒకరు చేసిన అపరాధాలను సులభంగా క్షమించ గలుగుతున్నావా?

4. నీవుచేసిన తప్పుపనులను అపరాధాలను మనస్సులో పెట్టుకుని బాధపడిపోతూ చింతిస్తావా? నీవు చేసిన పనికి ఫలితం మంచైనా చెడైనా అంగీకరించగలుగుతున్నావా?

5. నీ కష్టసుఖాలు ఇంకొకరితో చెప్పుకునే అలవాటు ఉందా?

6. పైవాళ్ళు, ఇతరులు 'ఏమనుకుంటారేం' అనే భావనతో నీకు తోచినది, నీవు మంచిది అనుకున్నది నీవు చేయగలుగుతున్నావా?

7. క్రమపద్ధతిగా ప్రత్యేక నియమిత సమయాలలో సంగీత శ్రవణం చేస్తూగానీ, ధ్యానం చేస్తూగాని, వ్యాయామం చేస్తూగానీ మానసిక విశ్రాంతి పొందగలుగుతున్నావా?

8. ఇతరుల మంచి చెడ్డలు ప్రత్యక్ష ప్రమాణాలతో రుజువైతేనే తప్ప సందేహపడకుండా ఉంటున్నావా?

9. అమాయకమైన పిల్లల ఆటలు, జలజలా ప్రవహిస్తున్న నీటిప్రవాహం, ఎగురుతూన్న పక్షులను చూచి ఆనందంతో కాలం గడుపుకోగలుగుతున్నావా?

10. ఇతరుల మంచి స్వభావాలను గురించిగానీ, ఇతరులు నీకు చేసిన ఉపకారాన్ని గురించి గానీ మెచ్చుకోగలుగుతున్నావా?

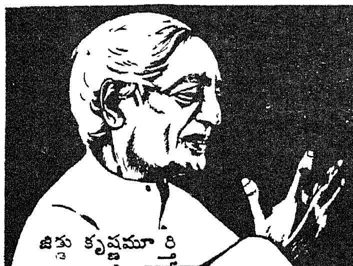
---

"సృష్టిలో సహజంగా ఉన్నది అనురాగం,
కష్టించి మనం కల్పించుకున్నది ద్వేషం."

# జీవితంలో ఆనందం అంటే?

జె. కృష్ణమూర్తి

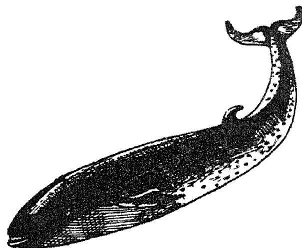
సంతోషాన్ని కలిగించే పని ఏదైనా చెయ్యాలనుకుని అది చేసినప్పుడు ఆనందం కలుగుతుందనుకుంటారు. ఒక భాగ్యవంతుణ్ణి వివాహం చేసుకోవాలనుకోవచ్చు లేదా ఒక అందమైన సుందరాంగిని పెళ్ళిచేసుకోవా




లనుకోవచ్చు లేదా పెద్ద పెద్ద పరీక్షలలో ఉత్తమ తరగతిలో ఉత్తీర్ణతను పొందాలనుకోవచ్చు లేదా తలపెట్టిన కార్యక్రమాలను పూర్తిగా సాధించి మెప్పు పొందాలనుకోవచ్చు.

కాని ఇది అసలైన ఆనందం అవుతుందా? ప్రొద్దుటిపూట బాగా విరిసిన పువ్వులు సాయంకాలానికి వాడిపోయి రాలిపోయినట్టు ఈ ఆనందం అచిరకాలంలో అంతం అయిపోవడం లేదూ? అయినా మనకు కావలసినది అదే. అదిమన నైజం. అనిత్యమైన బాహ్యసుఖాలతోనే తృప్తి చెందుతాం. ఒక కారు కొనుక్కోవడమో, పెద్ద ఉద్యోగంలో ఉండడమో వంటి పనికిమాలిన నిరర్ధకమైన వాటితో తాత్కాలిక ఉద్రేకంతో సంతుష్టి పడిపోతాం. తాను ఎగురవేస్తూన్న గాలిపటం గాలిలో ఆకాశంలోకి బాగా పైపైకి ఎగిరిపోతూన్నప్పుడు గాలిపటాన్ని చూచి సంతోషించే అర్భకుడు మరుక్షణం క్రిందికి దిగిపోయిన గాలిపటాన్ని చూచి విచారిస్తాడు. ఆనందం అంటే ఏమిటో తెలుసుకోడానికి 'నా హృదయాన్ని సమర్పిస్తా. నా శక్తిని

## షార్కు చేపలకు మిక్కిలి చురుకైన విద్యుత్ స్పర్శజ్ఞానం



ప్రతీ ప్రాణీ నీటిలో విద్యుత్ క్షేత్రాన్ని కల్పిస్తుంది. మహాసముద్రాలలో ఉండే షార్కు చేప శిరస్సులో జ్ఞాననాడుల వలన విద్యుత్ క్షేత్రాలలో నిరపాయకరంగా వివసించగలుగుతున్నాయి. జంతువు లన్నిటిలో షార్కు చేపలకు విద్యుత్ స్పర్శజ్ఞానం చాలా సున్నితంగా ఉంటుంది.

(సిఇఇ - ఎన్.ఎఫ్.ఎస్.)

"తన ధర్మం తానాచరించటం శ్రేష్ఠం. సహజంగా ఉన్నా,
సులభంగా ఉన్నా పరాయిధర్మం పాటించడం ప్రమాదకరం."

సమర్పిస్తా, నా సర్వస్వాన్ని సమర్పిస్తా' అనుకోరు.

సుఖం, సంతోషం, ఆనందం అనేవి ప్రయత్నించి పొందలేవు. బజారులో కొనలేవు. ఇది ఒక ఫలితం. ఆశించకుండా కలిగేదే ఆనందం. గుర్తించావో లేదో? నేను ఆనందంగా ఉన్నాను అని మనస్సులో అనుకున్న మరుక్షణం ఆ ఆనందం చటుక్కున అంతమైపోతుంది. ఇక ఆనందం ఉండదు. ఉన్నట్టుండి నీలో అకస్మాత్తుగా ఆనందం కలిగినప్పుడు నీకు స్వాతంత్ర్యం, స్వేచ్ఛ ఉంది. ఏ ప్రేరణ లేకుండా మహదానందానుభూతిని పొందుతున్నావు. ఏ ఆటంకాలు, ప్రతిబంధకాలు లేని ఆనందాన్ని అనుభవిస్తున్నావు.

కాని ఆనందంగా ఉన్నాను అనే మానసిక ప్రవృత్తి కలిగిన వెంటనే ఆ ఆనందం అంతరించి పోతుంది. ఆనందంకోసం ప్రాకులాడటం, ప్రయాస పడటంవల్ల ఆనందం పరిసమాప్తి పొంది అంతమైపోతుంది. 'నేను' 'నాది' అనే సంకుచిత భావాలతోపాటు కోరికల పరంపరను మనస్సులో నుంచి తొలగించుకుంటే పరిపూర్ణమైన మహదానందాన్ని, అనుభూతిని పొందగలవు. చరిత్ర, భూగోళం, విజ్ఞానశాస్త్రం, భౌతికశాస్త్రం, జీవశాస్త్రం, జంతుశాస్త్రం వగైరా ఎన్నెన్నో విషయాలు అధ్యయనం చేస్తూ రోజులు గడిపేస్తున్నారు. మీరుగానీ, మీ అధ్యాపకులు గానీ ఈ తీవ్రమైన సమస్యలను గురించి కొంచెం శ్రద్ధగా విశ్లేషించారా?

నెమ్మదిగా ఎప్పుడైనా కూర్చున్నావా? కదలకుండా, మెదలకుండా దిక్కులు చూడకుండా తిన్నగా సూటిగా చూస్తూ ఏకాంతంగా కూర్చోగలిగావా? స్థిమితంగా ఏనాడైనా కూర్చోగలిగావా? నిశ్శబ్దంలో ఉండే సౌందర్యాన్ని గ్రహించగలిగావా? అతి నీచమైన, క్షుద్రమైన పనికిమాలిన వాటికోసం మనస్సును చంచలం చేసుకోకుండా, ఏ ప్రేరణ లేకుండా విస్తృతమైన విశాల అజ్ఞాత పరిధిలో తీవ్రంగా పరిశోధించావా?

ప్రపంచంలో ఏం జరుగుతుందో తెలుసా? మన ఒక్కొక్కరి మనస్సులలో, అంతరాత్మలలో జరిగేదే ప్రపంచంలో ఉపచయించి విజృంభిస్తుంది. మనలో విశ్వం. విశ్వంలో

## పరిశుభ్రమైన నీటి సరఫరా పెరుగుదల



అభివృద్ధి పొందుతూన్న వర్ధమాన దేశ గ్రామీణ ప్రాంతాలలో నివసిస్తున్న 313 మిలియనుకు పైబడ్డ జనానికి ఇప్పుడు పరిశుభ్రమైన త్రాగే మంచినీరు సౌలభ్యంగా లభిస్తూంది.

"సర్దుబాటు చేసుక్కొనే మనస్సు ఎప్పటికీ పరిశుద్ధమైన మనస్సుకాదు.

మనం. మనలో చాలామంది సంక్షోభంలో ఉన్నాం. చిత్తశుద్ధి లేకుండా 'నేను' 'నాది' అనే ఆత్మాభిమానంతో. ఓర్వలేని తనంతో, అసూయతో ఇరుగుపొరుగు వారితో క్రోధో న్మాదాలను ప్రజ్వలింప చేసుకుంటున్నావు.

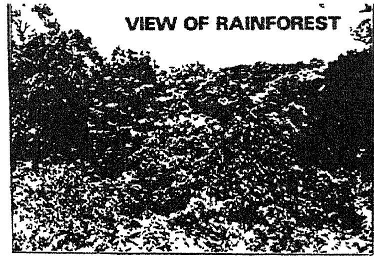
ప్రపంచంలో వాస్తవంగా జరుగుతున్నదే ఇది. మనలో కంటే మరింత కఠోరంగా, మరింత నిర్దాక్షిణ్యంగా జరుగుతూంది ప్రపంచంలో. ప్రతిరోజూ శ్రద్ధగా వీటిని గురించి కొన్ని నిమిషాలపాటు ఆలోచిస్తే సంపూర్ణ విప్లవ ఫలితంగా ఒక నూతన ప్రపంచాన్ని సృష్టించడానికి అవకాశం ఉంటుంది. అవి నీతికి దిగజారిపోయిన నేటి సమాజాభివృద్ధితో మార్పుచెందిన ప్రపంచం కాదు. పూర్తిగా ఒక నూతన అద్భుత ప్రపంచాన్ని సృష్టించాలి.

## ఆకాశంలో ఎగిరే పక్షి ఎంతైనా పైకి ఎగరవచ్చు

పక్షి ఆకాశంలో ఎంతైనా పైకి ఎగరవచ్చు కాని ఎప్పుడో ఒకప్పుడు క్రిందికి దిగి చెట్టుకొమ్మమీద విశ్రాంతి తీసుకోవలసిందే. అదేవిధంగా భగవధ్యానంవల్ల శాంతి సౌభాగ్యాలు శూన్యమని వాదించే మూర్ఖులు, అహంకారంతో విర్రవీగే గర్విష్టులు కూడా శాంతి సౌభాగ్యాల కోసం, భద్రతకోసం, ఆనందం కోసం భగవధ్యానాన్ని ఆశ్రయించక తప్పదు.

—శ్రీసత్యసాయిబాబా

## అడవులు 4 రెట్లు అధికంగా వాన నీటిని నిలువ చేసుకుంటాయి




వ్యవసాయ కార్యకలాపాలు జరిగే సాగుబడి భూముల కంటే అడవులు 4 రెట్లు అధికంగా వాననీటిని నిలువచేసుకుంటాయి వరదలు ఏర్పడకుండా అడవులు గంటకు 60 మొదలు 80 మి.మీ.ల వర్షపునీటిని పీల్చుకుంటాయి. వ్యవసాయక్షేత్రాలు 22 మి.మీ.లు మాత్రమే గ్రహించగలవు. ఒక చ.కి.మీ. అడవి కొట్టివేయడంవల్ల 30,000 టన్నుల బొగ్గుపులుసు వాయువు వాతావరణంలోకి చేరుతూంది.

## నాకు ధనం వద్దు, సౌభాగ్యం వద్దు!

ఓ దయామయా! నాకు ధనం వద్దు. సంతానం వద్దు. అందమైన స్త్రీ వద్దు. కావ్యం అక్కరలేదు. పాండిత్యం వద్దు. పరమేశ్వర స్వరూపుడవైన నీ యందు జన్మ జన్మాంతరాలలోను నిష్కలంకమైన భక్తి ఒక్కటే నాకు కావాలి.

—చైతన్య

"జీవులన్నీ పరమాత్మ స్వరూపాలే అయినప్పటికీ మాయా ప్రభావంచేత 'నేనే బ్రహ్మ' అని గుర్తించలేకుండా ఉన్నాయి."

# మీకు తెలుసా?

**పెద్ద ఆర్థిక వ్యవస్థలలో తొమ్మిదవది భారతదేశం:**

పెద్ద ప్రజాపాలిత రాజ్యాంగమైన భారత దేశం అధిక జనాభాను బట్టి ప్రపంచంలో రెండవ స్థానాన్ని ఆక్రమిస్తూంది. దీని పెద్ద ఆర్థిక వ్యవస్థ ప్రపంచంలో తొమ్మిదివది.

* * *

**భారతదేశం - ప్రపంచంలో 6వ పేద దేశం:**

వరల్డ్ డెవలప్‌మెంటువారి సమాచారం ప్రకారం తలసరి మొత్తం జాతీయ ఉత్పాదకత (Per Capita Gross National Product) ను అనుసరించి భూటాన్. లావోస్, బంగ్లాదేశ్, నేపాల్, బర్మాల తరువాత ఆరవస్థానం భారతదేశానిది.

* * *

**1,50,000 భారతీయ వైద్యులు పాశ్చాత్య దేశాలలో పనిచేస్తున్నారు:**

ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ (World Health Organisation) వారి సమీక్ష ప్రకారం పారిశ్రామికాభివృద్ధిని పొందిన ఇతరదేశాలకు భారతదేశం అధికంగా వైద్య నిపుణుల సహాయం కలిగిస్తూంది. ప్రస్తుతం 1,50,000 పైబడి భారతీయ వైద్యులు విదేశాలలో ఉద్యోగాలు చేస్తున్నారు.

**ఉపాధ్యాయులలో 9.9 శాతం మాత్రమే మనసారా వృత్తిలో చేరారు:**

ఉపాధ్యాయులలో 9.9 శాతం మాత్రమే మనసారా ఉపాధ్యాయ వృత్తిలో చేరారు. మిగతావారికి వేరే గత్యంతరం లేక ఈ వృత్తిలో కుదురుకోవలసి వచ్చింది.

* * *

**2000 A.D నాటికి యువజన సంఖ్య 1,200 మిలియను!**

15-24 సం.ల మధ్య వయస్సులో ఉండే యువజనం 1975వ సంవత్సరాంతానికి ఉన్న 738 మిలియను 2000 సం. నాటికి 1,200 మిలియను దాటుతుంది.

* * *

**అభివృద్ధి పొందుతూన్న వర్ధమాన దేశాలలో యువజన సంఖ్య పెరుగుదల 80 శాతం:**

ప్రపంచంలో బాగా అభివృద్ధిపొందిన దేశాలలో యువజన సంఖ్య 2000 సం. నాటికి 5 శాతం మాత్రమే పెరుగుతుంది. అయితే అభివృద్ధి పొందుతూన్న దేశాలలో యువజన సంఖ్య 80 శాతం పెరుగుతుంది.

* * *

**ఆఫ్రికా, ఆసియా, లాటిన్ అమెరికా దేశాలలో యువజన సంఖ్య:**

**"కొండంత దూదైనా నలుసంత నిప్పు దానిపైబడితే తగులబడి బూడిదై పోతుంది. చింతాకంత భక్తితో పాపరాసులు పటాపంచలై పోతాయి."**

ప్రపంచంలో పెద్ద ఖండాలు అనబడే ఆఫ్రికా, ఆసియా, లాటిన్ అమెరికాలలో 2000 సం. ల నాటికి యువజనాభా రెట్టింపు పెరిగి ఉంటుంది.

**అభివృద్ధి పొందుతూన్న వర్ధమాన దేశాలలో 300 మిలియను నిరుద్యోగ యువజనులు:**

మంచి వేతనాలతో సక్రమమైన ఉద్యోగావకాశాలు ఎంతమాత్రం కనిపించని అభివృద్ధి పొందుతూన్న వర్ధమాన దేశాలలో ఈనాడు సుమారు 300 మిలియను యువకులు ఉద్యోగాలకు వేటాడుతున్నారు.

* * *

**భారతదేశంలో మూడవ వంతు పిల్లలు పాఠశాలల్లో చేరలేదు:**

భారతదేశంలో 6-16 సం.ల మధ్య వయస్సుగల పిల్లలలో మూడవవంతు అసలు పాఠశాలల్లో చేరలేదు.

**I మొదలు VIIIవ తరగతికి వచ్చేసరికి 78 శాతం ఆడపిల్లలు చదువు మానుకుంటున్నారు:**

భారతదేశపు పాఠశాలల్లో I మొదలు VIIIవ తరగతికి వచ్చేసరికి చదువు మానుకునేవారు మొత్తం 64 శాతం. వారిలో ఆడపిల్లలు 78 శాతం.

* * *

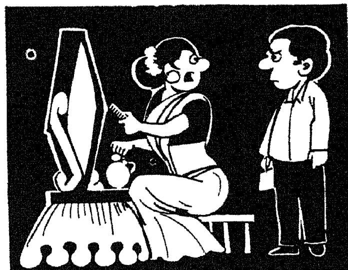
**విద్యకయ్యే ఖర్చులలో 80 శాతం పేదవర్గానికి చెందినవారే భరిస్తున్నారు:**

స్కూళ్ళలోనూ, కాలేజీలలోను విద్యను పూర్తి చేసుకునే వారిలో 80 శాతం సమాజంలో మొదటిశ్రేణిధనిక వర్గానికి చెందిన 20 శాతం. సమాజంలో పేదవర్గానికి చెందిన వారికంటే 4 రెట్లు అధికంగా సౌకర్యాలు పొందే ధనిక వర్గాలవారి విద్యాభివృద్ధి ఖర్చులు అనేక విధాలైన, పన్నుల ద్వారా 80 శాతం పేదతరగతి వారే భరిస్తున్నారు.

('సుభూమి' సౌజన్యంతో)

## న్యూఢిల్లీలో డిస్నీలాండ్

న్యూఢిల్లీ ప్రగతి మైదానంలో రూ. 2 కోట్ల వ్యయంతో ఏర్పాటైన భారతదేశపు డిస్నీలాండ్ (వినోదవనం) 27 ఎకరాల వైశాల్యం విస్తరించుకుని ఉంది. ఇది సరిక్రొత్త ఎలక్ట్రానిక్ వినోదాలు, ఆటలు, దీపాలంకరణ చేసిన జలాశయాల మధ్య ప్రగతికరమైన క్రీడలు, క్రీడా సౌకర్యాలు, సరికొత్త రంగస్థలాలు, సహజ వాతావరణ పరిస్థితులలో జంతుప్రదర్శనశాలలు మొదలైనవాటితో కళకళ లాడుతూ ఉంటుంది.



"చదువుట కంటే వినుట మేలు, వినుట కంటే విశేషము సాక్షాత్కారము."

# వీరిని గురించి తెలుసుకోండి

**డా. సర్వేపల్లి రాధాకృష్ణ (1888-1975):**

ప్రపంచానికి భారతీయ తత్త్వశాస్త్రాన్ని చాటి చెప్పిన మేధావి. వీరు మద్రాసు, మైసూరు, కలకత్తా మరియు ఆక్స్‌ఫర్డ్ విశ్వ విద్యాలయాలలో తత్త్వశాస్త్రాన్ని బోధించారు.



అనేక విశ్వవిద్యాలయాలకు వైస్ చాన్స్‌లర్ పదవిని అధిష్టించారు. భారతీయ ప్రభుత్వానికి అధ్యక్షులుగా వీరిని తెలియనివారుండరు.

* * *

**రిచీ బెనాడ్ (Richie Benaud):**

క్రికెట్ ఆటకు సుప్రసిద్ధ వ్యాఖ్యాత. గొప్ప ఆల్‌రౌండర్. ఆస్ట్రేలియా జట్టుతో ఆడి 63 పందాలలో 2,000 పైచిలుకు పరుగులతో 250 వికెట్‌లను పొందిన క్రికెట్ చతురుడు.

**ప్రఫుల్లచంద్ర రే (1861-1944):**

గొప్ప పరిశోధకుడు, దేశాభిమాని యగు ఉపాధ్యాయుడు. వీరు 20వ శతాబ్దపు రసాయన శాస్త్రానికే గాక ప్రాచీన భారతదేశంలో ప్రచారమందున్న విజ్ఞాన శాస్త్రానికి ప్రమాణీకుడు. వీరు కలకత్తా యూనివర్సిటీ కాలేజ్ ఆఫ్ సైన్స్‌లో కెమిస్ట్రీ ప్రొఫెసర్‌గా ప్రసిద్ధి పొందారు.

* * *

**సర్ అలెగ్జాండరు ఫ్లెమింగ్ (1881-1955):**

స్కాట్ దేశానికి చెందిన ప్రసిద్ధ శాస్త్రజ్ఞుడు. వీరు లైసొసోమ్స్ (Lysosomes) మరియు పెన్సిలిన్ (Penicillin) లను కనుగొన్నారు. 1945వ సం.రం నోబెల్ బహుమతి గ్రహీత.

* * *

**రేమిల్లాండ్ (Raymilland):**

సుమారు 150 సినీమాలలో నటించిన హాలీవుడ్ నటుడు. లాస్ట్‌వీకెండ్ (Lost Week End) చిత్రంలో రచయితగా నటించి అకాడమీ అవార్డును పొందాడు. ఆల్‌ఫ్రెడ్ హిచ్‌కాక్ తీసిన డయల్ ఎమ్ ఫర్ మర్డర్ (Dial M for Murder) అనే చిత్రంలో గ్రేస్ కెల్లీతో హీరోగా నటించాడు. 1985వ సం.లో తీయబడిన గోల్డ్ కీ (Gold Key) అనే మిష్టరీ చిత్రంలో అద్భుతంగా నటించి ప్రశంసలను అందుకున్నాడు.

"ధనం, విద్య, కులం దుర్మార్గులకు గర్వాన్ని, సజ్జనులకు అణకువనూ కలిగిస్తాయి." ..... —భాగవతం

# ఆరోగ్యానికి మూలికలు

## తాళిసపత్ర

టి. వి. సుబ్రహ్మణ్యం

సర్వ సాధారణంగా దగ్గులకు, ఉబ్బస రోగాలకు వాడే సుప్రసిద్ధమైన ఆయుర్వేద ఔషధం తాళిసపత్రి చూర్ణం గురించి అందరూ వినే ఉంటారు. తాళిసవృక్షం ఎండుటాకులు, ఇతర కొన్ని వాయుహర



TAALISA PATRA

ఔషధాలు చేర్చి దంపి వస్త్రకాళం పట్టిన మెత్తటిపొడే తాళిసపత్రి చూర్ణం. మన దేశంలో అన్ని భాషలలోను దీన్ని తాళిస పత్రం లేక తాళిస పత్రి అంటారు. దీనిని ఆంగ్లభాషలో 'హిమాలయన్ సిల్వర్ ఫిర్' (Himalayan Silver Fir) అంటారు. వృక్షశాస్త్రంలో దీనిని 'అబీస్ వెబ్బియానా లిండి—అబీస్ పిన్‌డ్రోరాయలీ' (Abies Webbiana Lindi - Abies Pindrow Royle) అంటారు. తాళిసపత్రికి పర్యాయ పదాలు చాలా ఉన్నాయి. తాళీసక, తాళీస పత్ర, తాళీసపత్రక, ఛ్ఛదా, ఆమలకీపత్ర, పత్రాఢ్య, శుకోదర మొదలైనవి.

"తాళీసకంతు తాళీసం పత్రం
తాళీసపత్రకం
తచ్ఛదామలకీపత్రం పత్రాఢ్యం చ
శుకోదరం"

అని ధన్వంతరి నిఘంటువులో చెప్పబడింది. తాళిస పత్ర వృక్షాలు ముఖ్యంగా తూర్పు, పశ్చిమ హిమాలయ ప్రదేశాలలో సుమారు 2,100 మొదలు 3,700 మీటర్ల ఎత్తున, అరుణాచల ప్రదేశ్‌లో 3,000 మీటర్ల ఎత్తున బాగా పెరుగుతున్నాయి.

తాళిసపత్రం పెద్ద "సతత హరిత" వృక్షం. దీనికాండం చాలా పొడవుగా ఉండి బాగా పెరిగిన క్రింది భాగంలో బెరడు ఇటుక రంగులో నిలువుగా బీటలు వారి ఉంటుంది. పెరుగుతూన్న పై భాగం మృదువుగా ఉంటుంది. ఆకులు రెండు వరుసలలో బయలుదేరుతాయి. పలచగా 5 మొదలు 8 సెం.మీ. ల పొడవుగా దట్టంగా ఉంటాయి. ఆకుకొనలు గంట్లుతేరి ఉంటాయి. అడుగు భాగంలో తెల్లటి చారలుంటాయి. ఒకే చెట్టుకి పురుషజాతి, స్త్రీజాతి కోనులు బయలు దేరతాయి. బాగా ముదిరిన కోనులు 10 మొదలు 18 సెం.మీ. లు నిడివిగా ముదురు

"ప్రాపంచక వాంఛల ప్రయత్నాల సందడిలో
దివ్యానుభూతికి అవకాశం కల్పించదు."

ఎరుపు, ఊదారంగులు కలిసిన రంగులో ఉంటాయి.

దీని కర్ర చాలా తేలికగా, మృదువుగా ఇటుకరంగులో ఉంటుంది. తలుపులకు, బల్లలకు దీని చెక్క ఉపయోగిస్తారు. కాగిత పరిశ్రమలో కర్రగుజ్జు తయారు చేయడానికి కూడా దీనిని ఉపయోగిస్తారు.

దీని ఎండిన ఆకులు ఆయుర్వేద వైద్యంలో ఎక్కువగా ఉపయోగిస్తారు. వీటిలో కొన్ని క్షారద్రవ్యాలు, ముఖ్యమైన నూనెలు ఉంటాయి. ఆకులు తేలికగా ఉండి వేడిని చేస్తాయి. దగ్గు, ఉబ్బస రోగాలను నివారిస్తుంది. శ్లేష్మకారి. వేడిచేసి అర్చును. దీని రసము లేక చూర్ణము మంచి వాసనతో స్వాదువుగా ఉంటుంది. రుచి పుట్టిస్తుంది. పైత్యమును, శీతమును, అరుచిని పోగొడు తుంది. వీర్యవృద్ధి కలిగిస్తుంది. అగ్నిదీప్తితో బాగా ఆకలి కలిగిస్తుంది. శ్వాసకాసలు, వాతము, దురద, పొత్తికడుపులో రోగము, శిరో రోగము, నోటిపూత మొదలైన వాటిని పోగొడుతుంది. పీనసము, క్షయ మొదలగు రోగాలను హరిస్తుంది.

తాళిసపత్రి లభించనప్పుడు దానికి బదులుగా కందన్‌కదిరి (Solarim xanthocarpum) వాడవచ్చని ప్రాచీన వైద్య గ్రంథాలు చెబుతున్నాయి.

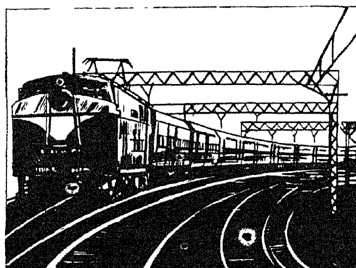
మోతాదు: 8 మొదలు 30 గోధుమ గింజల ఎత్తు. దీనిని చన్నీళ్ళలో రాత్రిపూట ఊరనిచ్చి ఉదయం ఆనీళ్ళు త్రాగితే గొంతుక బొంగురు బారటం నివృత్తిపొంది, కంఠ స్వరం బాగుపడుతుంది. దీనినే తాళిసపత్రి శీత కషాయ అంటారు. రోజుకు రెండు పూటలు తీసుకోవాలి.

తాళిసపత్రితో తయారైన మూడు ప్రసిద్ధ ఔషధాలు:

1. తాళిసపత్ర చూర్ణం.
2. తాళిసపత్ర వటకం.
3. తాళిసపత్ర లేహ్యం.

ఈ ఔషధాలు జలుబులు, దగ్గులు, అగ్ని మాంద్యము, అజీర్ణము, కడుపులో త్రిప్పు మొదలైన వాటికి వాడవచ్చు. తాళిసపత్ర చూర్ణం సాధారణంగా తేనెలో రంగరించి తీసుకుంటారు. (మిగతా 68 వ పేజీలో)

## విద్యుత్ రైలు మార్గం 60 సంవత్సరాలనాటిది



భారతదేశంలో విద్యుత్ రైలుమార్గం ఏర్పరచి 60 సం.లు అయింది. మొట్టమొదట రాకపోకలకు బొంబాయిలో విక్టోరియా టెర్మినస్ నుండి పొలిమేరల్లో ఉన్న కుర్లా వరకు ఫిబ్రవరి, 3 1925 న విద్యుత్ విధానం ఏర్పరచబడింది.

"మానవ మాత్రులకు సామాన్యంగా సుఖ, దుఃఖముల పర్యాయత్వమే గాని కేవలం సుఖం అసాధ్యం, కేవలం అసుఖం అసాధ్యం."

# క్రొత్తచిక్కుడు-"వింగ్డ్ బీన్స్"

కె. భార్గవి

అనేక శతాబ్దాల నుంచీ చిక్కుడు జాతి (పప్పులు) ప్రపంచం అంతటా కృషిచేసి పండిస్తున్నారు. మానవుని ఆరోగ్యానికి, పెరుగుదలకి కావలసిన మాంసకృత్తులు వీటి




యందు లభిస్తాయి. ఆహార ధాన్యాల తరువాత ఇది చాలా ముఖ్యమైన పంట. అధిక ప్రమాణంలో వీటియందు లభించే మాంసకృత్తులు దీని వ్రేళ్ళయందలి బొడిపెలు లేక కంతులలో నత్రజనిని స్థిరపరచే సూక్ష్మజీవులతో సంబంధపడి ఉన్నాయి. శరీరపోషణకు అవసరమగు పిండిపదార్థాలు, క్రొవ్వుపదార్థాలు కూడా వీటిలో పుష్కలంగా లభిస్తాయి.

ఈ చిక్కుడు జాతులన్నీ ఫెబాసీ (Fabaceae) కుటుంబానికి చెందినవి. వీటిని పూర్వం లెగుమినోసే (Leguminosae) అనేవారు. వీటికి చెందిన ఉపకుటుంబమే పాపిలియోనాసే (papilionaceae). ఈ కుటుంబానికి ప్రత్యేక రకం కాయలు కాస్తాయి.

ఈ కాయలు ముదిరి పైతొక్క రెండు రెక్కలు లాగ విడిపోతుంది. లోపల పెరిగిన గింజలలో మాంసకృత్తులు, పిండిపదార్థాలు, ఖనిజలవణాలు, 'బి' విటమిను విస్తారంగా లభిస్తాయి. అన్నిరకాల నేలల్లోను, తోటలలోను ఇవి బాగా పండుతాయి. పశువుల మేతగా కూడా దీన్ని పండిస్తారు. నత్రజని పోషకంతో భూసారాభివృద్ధికి కూడా దీన్ని పండిస్తారు.

దీనికి సంబంధించిన క్రొత్తరకం చిక్కుడు వింగ్డ్ బీన్ వృక్షశాస్త్రంలో దీన్ని 'సోఫోకార్పస్ టెట్రాగోనోలోబస్' (Psophocarpus Tetragonolobus) అంటారు. తమిళనాడు తంజావూరు జిల్లాలో దీన్ని విస్తారంగా పండిస్తారు. ఇవి చిన్న చిన్న పాదులమీద 3 మీటర్లదాకా ఎదుగుతుంది.

ఇది చాలా ఉపయోగకరం. దీని ఆకులు, కొమ్మలు, పువ్వులు, కాయలు, గింజలు.

## 'స్కార్లెట్ ఓ హారా' పాత్రకు 1,400 నటీమణుల ఆడిషన్!

'గాన్ విత్ ది విండ్' అనే ఆంగ్ల సినిమాలో 'స్కార్లెట్ ఓ హారా' పాత్ర వహించడానికి 1,400 నటీమణులను ఆడిషన్ చేసి వివియెన్‌లెయ్ (vivien leigh) అనే ఆమెను ఎన్నుకున్నారు.

"మొదట చూచినప్పుడే ప్రేమ పొంగి పొరలవచ్చు,
తొందరపడక మరోసారి చూడటం ఉత్తమం."

వేరుదుంపలు అన్నిటిని వాడతారు. దీని వేరుదుంపలు కారటు దుంపలులా పెరుగుతాయి. మంచి సువాసనగా ఉంటాయి. బంగాళాదుంపలలో కంటే 'వింగ్‌డ్ బీన్' వేరుదుంపల్లో మాంసకృత్తులు అధికంగా లభిస్తాయి. ముదిరిన గింజలు వేయించుకొని తినడానికి చాలా కమ్మగా వేరుశనగ గింజల లాగ ఉంటాయి.

దీని అన్ని భాగాలలోను పిండిపదార్థాలు, మాంసకృత్తులు, క్రొవ్వుపదార్థాలు, విటమిను ఏ, విటమిను 'బి', విటమిను 'సి', కాల్షియం, ఇనుము, పొటాషియం లభిస్తాయి. ముదిరిన గింజలలో ఇవి అధిక శాతంలో ఉంటాయి. వింగ్‌డ్ బీన్ చిక్కుడు కాయలు కూరకు ఎక్కువగా వాడతారు దీని కాయలకు నాలుగు ప్రక్కలా అంచులు తేరి పైతొక్క పొడుగాటి రెక్కలుగా ఏర్పడి ఉంటుంది లోపల పెద్ద పెద్ద గింజలు 20 దాకా ఉంటాయి. లేత కాయలలోను, లేత ఆకులలోను, ముదిరిన గింజలలోను మాంసకృత్తులు, విటమినులు అధికంగా ఉంటాయి. గింజలనుండి నూనె కూడా లభిస్తుంది

వింగ్‌డ్ బీన్ వేరుదుంపలలో మాంసకృత్తులు 20 శాతం ఉంటాయి. బంగాళా దుంపలో 2 శాతం, చిలకడ దుంపలో 1 శాతం మాత్రమే ఉంటాయి. చిలకడదుంప లాగే దీని వేరుదుంపను కూడా కాల్చుకుని తింటారు.

మొక్క నాటిన 10-14 వారాలకు కాయ కోతకు వస్తుంది. 21-23 వారాలకు గింజ బాగా ముదిరి విత్తనాలు తయారవుతాయి.

థాయ్‌లాండ్‌లో విరివిగా దీని గింజలు అమ్ముతారు. ఈ గింజలతో ఇక్కడ అనేక రకాల వంటకాలు చేసుకుంటారు. దీని రొట్ట పశువులకు మంచి మేతగా కూడా వాడతారు.

# మనస్సు నిష్కలంకం చేసుకో



మనస్సులో చెలరేగిన కోపాన్ని నిరోధించుకున్న వాడు దారితప్పిన రథాన్ని నియంత్రించే రథికుడు. ఇతరులు చేతితో పగ్గాలు పట్టుకొన్నవారు మాత్రమే.

కోపంతో మాటలు మిగలకు. వదరుబోతుతనం కూడదు. సౌజన్యభావంతో అనురాగంతో మృదుమధురంగా మాట్లాడటం నేర్చుకో!

క్రోధావేశాలు వద్దు! పగ్గాలు తగిలించుకో. మనస్సును అదుపులో ఉంచుకో. నిష్కలంకమైన మనస్సుతో సౌశీల్యాన్ని పెంపు చేసుకో.

—బుద్ధుడు

"మనిషి తాను భావించేటంతటి
సుఖాత్ముడూకాదు దుఃఖాత్ముడూ కాదు."

# అంకెలతో గారడీ

ఒక సంఖ్యయొక్క వర్గం సాధించడానికి సాధారణంగా ఆ సంఖ్యను అదే సంఖ్యతో గుణిస్తాం. ఉదాహరణకి 75 వర్గం కట్టాలంటే 75 ను 75 తో గుణిస్తాం. కాని దీనికో సులభమైన కిటుకు ట్రాచ్ టెన్‌బర్గ్ అనే గణిత శాస్త్రజ్ఞుడు స్వంతంగా కనిపెట్టాడు.

చివర అంకెను ముందున్న అంకెలను తీసుకోండి. పైన చూపిన ఉదాహరణలో చివరి అంకె 5, దానికి ముందు ఉన్న సంఖ్య 7. ఈ 7 కి 1 కలపండి. 8 వస్తుంది. ఈ 7, 8 గుణించగా వచ్చిన మొత్తం 56. ఈ సంఖ్య 56 తరువాత 5 యొక్క వర్గం ఉంచితే 75 వర్గం, 5625 వస్తుంది.

మీరూ ఇంకో ఉదాహరణ తీసుకుని 5 తో అంతమయ్యే సంఖ్య లన్నిటికీ వర్గాలు కట్టడానికి ఇదే నియమం అని తెలుసుకోండి.

* * *

ఇదేవిధంగా 5 తో ప్రారంభమయే సంఖ్యలకు కూడా ఈ మేధావి ఒక నియమాన్ని కనిపెట్టాడు.

ఉదాహరణ: 56 వర్గం కట్టాలనుకుంటే 5 వర్గం 25. దీనికి పై సంఖ్యలో చివర ఉన్న అంకెను కలిపితే 25+6, 31 అవుతుంది. 31 తరువాత చివరి అంకె వర్గాన్ని అంటే 6 వర్గాన్ని ఉంచితే 56 వర్గం 3136 వస్తుంది.

ఒక సంఖ్య నిశ్శేషంగా భాగింపబడుతుందో లేదో సులభంగా తెలుసుకునే పరీక్షలున్నాయి. 0, 2, 4, 6 లేక 8 తో అంతమయ్యే సంఖ్యలన్నీ 2 చేత భాగింపబడతాయి. 0 లేక 5 తో అంతమయ్యే సంఖ్యలన్నీ 5 చేత భాగింపబడతాయి.

* * *

ఒక సంఖ్యలో ఉన్న అంకెల మొత్తం 3 చే భాగింపబడితే ఆ సంఖ్య 3 చేత భాగింపబడుతుంది. ఉదాహరణ 84732 సంఖ్యలో అంకెల మొత్తం 24. ఇది 3 చేత నిశ్శేషంగా భాగింపబడుతుంది. కాబట్టి 84732 కూడా 3 చేత భాగింపబడుతుంది.

* * *

సంఖ్య 37 చాలా తమాషా సంఖ్య. 37 ని 3, 6, 9, 12, 15, 18, 21, 24, లేక 27 లతో గుణించగా వచ్చే ప్రతీ సంఖ్యలో అంకెలు అన్నీ ఒకే సమంగా ఉంటాయి

$37 \times 3 = 111$

$37 \times 9 = 333$

$37 \times 12 = 444$

* * *

సంఖ్యలు 11,826 మరియు 30,384 రెంటికి ఒక సమాన గుణం కనిపిస్తుంది. వీటి వర్గాలలో 1 మొదలు 9 వరకు గల సంఖ్యలు ఒకే వరుసగా ఒక్కసారి కనిపిస్తాయి.

---

"పరమార్థం కోసం ఐహిక కాంక్ష విడిచిపెడితే అది త్యాగం."

( 64 వ పేజీ తరువాయి)
సువాసన ద్రవ్యంగా కూడా ఇది చాలా ముఖ్యమైనది. తాళిసపత్రి, కచ్చూరాలు, బావంచాలు, కస్తూరి పసుపు, తుంగ ముస్తలు, వట్టి వ్రేళ్ళు పెసలతో చేర్చి సున్నిపిండి చేయించి స్నానాలకు సబ్బులకు బదులుగా సువాసన పిండిగా ఉపయోగిస్తారు. వాసనకు శికాయపొడిలో కూడా వాడతారు.

# వివాహం



## వివాహం

జీవితంలో సుఖాంత నాటకాలన్నీ
వివాహాంక ఘట్టంతో అంతమయేవే.

—బైరన్

తరువాత సగం తెరిచిన కళ్ళతో చూచినా
వివాహానికి ముందు మాత్రం కళ్ళు
తెరిచి చూడు.

—బెంజమిన్

వివాహ గ్రంథంలో మొదటి అధ్యాయం
అంతా పద్యాత్మకం, మిగిలిన
అధ్యాయాలు గద్యమయం.

—నికొలస్

భార్యగుడ్డిదీ భర్త చెవిటివాడు అయితే
వారి దాంపత్యం ఆదర్శప్రాయమైంది.

—మాంటెగ్యూ

కళ్ళతో చూచేకంటే ముఖ్యంగా
చెవులతో విని వివాహం చేసుకో.

—ఫుల్లర్

స్త్రీ వివాహానికి ముందు ఏడిస్తే
పురుషుడు వివాహానంతరం విలపిస్తాడు.

—సామెత

సాధ్యమైనంత త్వరలో పెళ్ళి
చేసుకోవడం స్త్రీ ధర్మమైతే,
సాధ్యమైనంతకాలం పెళ్ళి చేసుకోకుండా
బ్రహ్మచారిగా ఉండటం పురుష లక్షణం.

—జార్జి బెర్నార్డ్ షా

వివాహ జీవితం ఒక రణరంగం,
మెత్తటి పూలపాన్పు కాదు.

—స్టీవెన్‌సన్

పురుషులు తమ స్వాతంత్ర్యాన్ని, స్త్రీలు
తమ సౌఖ్యాన్ని ఒడ్డిఆడే జూదమే వివాహం."

—మాడెమ్ డెరియా

"భక్తిశ్రద్ధలు ఉండాలేగాని భగవత్ప్రాప్తి అందరికి కలగడం తథ్యం."

# జారిపడితే ముప్పు

వయస్సు 50 సం.లు దాటితే జారిపడ కూడదు. పడితే చాలా అపాయం. అపాయం చిన్నదైనా శరీర అస్థి నిర్మాణంలో బలహీనమైన కేంద్రం తీవ్రమైన దెబ్బ తింటుంది. ఫిముర్ (Femur) అనే తొడ



ఎముక నిడుపాటి భాగము షాఫ్ట్ (Shaft), దాని తల (Head) భాగము బలిష్ఠంగా ఉన్నా ఈ రెంటినీ చేర్చే సంధి (Neck) లేక కీలు చాలా బలహీనంగా ఉంటుంది. ఎంత కొద్దిపాటి ఒత్తిడి కలిగినా వృద్ధులలో ఇది చటుక్కున విరిగిపోతుంది. సాధారణంగా స్నానాల గదులలో, బాగా నున్నగా ఉన్న ప్రదేశాలలో చిన్న సబ్బుముక్కో, నూనెబిడ్డో చాలు జారి పడిపోవటానికి. అక్కడే అక్కర్లేదు ఎక్కడైనా, ఏ గదిలోనైనా జారిపడవచ్చు. బాగా పాలిష్ చేసిన గదులు, తడిగా ఉన్న ప్రదేశాలలో కూడా జారిపడవచ్చు. ద్వార బంధాలు, గుమ్మాలు తగిలి పడిపోవచ్చు. నేల మీద తివాసీలు కప్పినా ఇంకా అపాయం. తివాసీ అంచు తగిలి జారిపడితే తొడ ఎముక కీలు జారిపోతుంది. అరటిపళ్లు తినే మహానుభావుల పుణ్యమా అని రోడ్లమీద కూడా దీన్ని అనుభవిస్తాం. ప్రయాణం చేసేటప్పుడు బస్సులు, కార్లు ఉన్నట్టుండి వేగం పుంజుకోడం వల్లగాని, చటుక్కున బ్రేకులువేసి ఆపడం వల్లగాని ఈ అపాయాలు జరుగుతూండటం అందరికీ తెలిసిందే. బస్సులో ఏదైనా ఊత, ఆధారం లేకుండా నిలబడటం చాలా అపాయం. బస్సులు ఎక్కేటప్పుడు, దిగేటప్పుడు, మేడమెట్లు ఎక్కేటప్పుడు, దిగేటప్పుడు పడినప్పుడు తొడ ఎముక విరిగిపోవచ్చు.

## మూర్ఖుల చిత్తములను రంజింపచేయుటం అసాధ్యం

మహాసముద్రంలో నివసించే క్రూరమైన మొసలి నోటి కోరలనుంచి రత్నాన్ని ఊడబెరకవచ్చు. పెద్ద పెద్ద కెరటాలతో అగాధమైన సముద్రాలను అవలీలగా దాటవచ్చు. క్రూరమైన త్రాచుపాము పడగమీద పుష్పాలను పెట్టవచ్చు. కాని కఠిన చిత్తులైన మూర్ఖుల మనస్సులను రంజింప చేయటం దుస్సాధ్యం.

—నీతిశతకం (భర్తృహరి)

"నీటముంచిన కడవకు లోపల పైన నీరుండునట్లు భగవంతుని యందు లయమొందిన జీవునకు బాహ్యాభ్యంతరములందు అఖండాత్మ గోచరించును."

వయస్సు ముదురుతూన్నకొద్దీ శరీరంలో అన్ని ఎముకలు చాలా బలహీనం చెందుతాయి. 30 సం.ల వయస్సులో కంటే 50 సం.ల వయస్సులో శరీరంలో అస్థులన్నీ బలహీనమైపోతాయి. అయినా ఆ యా వ్యక్తులను బట్టి 70 సం.ల వృద్ధుల శరీరంలో ఎముకలు కూడా 50 సం.ల వయస్సుగల వారి ఎముకలతో సమానంగా ఉండవచ్చు.

కాబట్టి గతిస్తూన్న సంవత్సరాలను బట్టే కాకుండా శరీరబలం మీద కూడా ఎక్కువగా ఆధారపడి ఉంటుంది ప్రమాదాన్ని ఎలా తట్టుకోగలం అనేది. వృద్ధాప్యం పెరుగుతూన్న కొద్దీ అపాయానికి అధిక అవకాశాలు ఏర్పడతాయని చెప్పవచ్చు. కానీ ఏళ్ళు ఎక్కువైన కొద్దీ అపాయానికి అవకాశాలు ఎక్కువ అని చెప్పలేం. తొడ ఎముక విరిగిపోవడం అనేది వయస్సు బాగా ముదిరిన వృద్ధాప్యంలో జరుగుతుంది. కొందరికి 50 సం. లోనే ఏర్పడే అవకాశం ఉంది ఈ వయస్సులో ఉంటే మీరూ జాగ్రత్తపడండి. ముందు చూచుకుని అడుగు వేయండి. జారిపడితే ముప్పు!

ఫిముర్ తొడ ఎముక కీలు విరిగిపోతే మంచం పట్టి చాలా బాధ పడవలసిందే. ప్రతిబంధకం ఏర్పడిపోతుంది. సాధారణంగా దీనికి శస్త్రచికిత్స చేయవలసి ఉంటుంది. అనేక విషమ పరిస్థితులు, చిక్కులు ఏర్పడవచ్చు. చికిత్స చాలా వ్యయప్రయాసలతో కూడుకుని ఉంటుంది.

('హెల్త్ అండ్ పర్సనాలిటీ' సౌజన్యంతో)

## ఉల్లాసవంతులు వశీకరణ సిద్ధులు



ఉల్లాసవంతులు ప్రతివారిని తమ వశం చేసుకోగల ఒక ప్రత్యేక వ్యక్తిత్వాన్ని పెంచుకుంటారు. వసంతానికి ప్రకృతి శోభించినట్లు ఆనందోత్సాహంతో కలకలలాడేవారిని చూచి అందరూ మోహంతో సృజనాత్మకమైన చైతన్యసిద్ధిని పొందుతారు. ఉత్తేజంతో మనోబలాన్ని అభివృద్ధి చేసుకుంటారు. ఆనందాతిశయాన్ని అనుభవిస్తారు. విశ్వానందంతో కలకలలాడే ఉత్సాహవంతులు ప్రపంచంలో సంతోషప్రదమైన మనుగడకు అనుకూలవంతమైన వాతావరణాన్ని కల్పిస్తారు. అట్టివారి దర్శన సౌభాగ్యంతో ప్రజల జీవితం సుఖమయంగా పరిణమిస్తుంది. వారి కరస్పర్శతో మానవునిలో దాగివున్న అపూర్వశక్తి ఉద్భవిస్తుంది. వారి పరిచయంవల్ల విశ్వవిలసనంగా ఇంద్రియాలు ప్రఫుల్లవంతమవుతాయి. బుద్ధి వికాసంతో జీవితం వినోదక్రీడగా పరిణమిస్తుంది.

"మానసిక, శారీరక అవసరాలకూ, ధర్మాచరణకూ వైరుధ్యం రాని విధంగా విలక్షణమైన ప్రణాళికగా రూపొందినదే భారతీయ దాంపత్యం."

# కోపాన్ని నిగ్రహించుకో

శుద్ధమైన వివేకంతో, హేతువాదంతో కోపాన్ని నిరోధించుకో. అదుపులో ఉంచుకో. ఎవరైనా నిన్ను 'దున్నపోతు', 'అడ్డగాడిద' అని తిడితే ఎందుకు అంత మండి పడిపోతావు? పొడుగాటి చెవులు,



నాలుగు కాళ్ళు వచ్చేసాయా? ఏమిటీ తిట్టు. తెలుసుకున్నావా? గాలిలో కొట్టుకొనిపోయే శబ్ద తరంగాలు.

ప్రసంగాలలో గానీ, వాద ప్రతివాదాలలో గానీ, చర్చలలో గానీ కోపం వెల్లుబికి పోతూంటే నీ ప్రసంగం మానుకో, వాదించకు. ఉద్రేకమైన వాద ప్రతివాదాలలోకి దిగకు. తర్కించకు, విమర్శించకు. ఎప్పుడూ అతి సున్నితంగా, సుకుమారంగా, మృదువుగా, తీయగా, ఇంపుగా మాట్లాడటానికి ప్రయత్నించు.

ప్రొద్దున్న పాలు కొంచెం ఆలశ్యంగా తీసుకు వచ్చినందుకు మీ నౌకరు మీద కోపంతో ఎగిరిపోతావు కదూ. 'పాలకు నేను దాసుడనై పోవాలా?' "పాలు లేకపోతే ఉండలేనా?" అని నీలో నీవు ప్రశ్నించుకో. వెంటనే కోపం దానంతట అదే చల్లారిపోతుంది. జాగ్రత్తగా విజ్ఞానంతో, వివేకంతో ప్రవర్తిస్తే ఇటువంటి అవకాశానికే తావు ఉండదు. కోపంతో ఉద్రేకం చెందినప్పుడు నీ శరీరంలో 40 కండరాలు పని చేయాలి. చిరునవ్వు నవ్వితే 15 కండరాలే పనిచేస్తాయి. అదనంగా ఎందుకు శ్రమపడిపోవాలి? ఎందుకు అనవసరంగా శక్తిని వ్యర్థం చేసుకోడం?

కోపాన్ని అదుపులో పెట్టుకుని వశం చేసుకోలేక పోతున్నావా? ఒక్కక్షణం అక్కడ ఉండకు. వెంటనే వెళ్ళిపో. ఒక గ్లాసెడు ఐసునీళ్ళు త్రాగు, కోపతాపం చల్లారిపోతుంది. 'ఓం శాంతి' అని జపం చేసుకో. 108 సార్లు జపంచేయి. హాయిగా కేశవనామాలు చెప్పుకో. అదీ చేయలేవా 1 నుంచి 30 దాకా వరుసగా లెక్కపెట్టు కోపం అణిగిపోతుంది. చల్లారిపోతుంది. లోభంతో, అత్యాశతో, కోపంతో, స్వార్థతతో ఇంకో ప్రాణికి ఎన్నడూ బాధ, హింస, హాని, నొప్పి అపకారం తలపెట్టకు. ద్వేషభావాన్ని పోగొట్టుకో. కోపం పోగొట్టుకో. పగ వదులుకో. పగ సాధించుకోడానికి ప్రయత్నించకు. ఎప్పుడూ

"జ్ఞానము కంటే నడువడి ఆవశ్యకము, నడువడిచేతనే పురుషునియొక్క స్వభావం తెలుస్తుంది. నడువడిలేని వానిని చూచి లోకం భయపడుతుంది."

మితంగా ఉండటం నేర్చుకో. మనస్సు క్షోభపెట్టుకోకు. శాంతంగా ఉండు. నిర్మలంగా ప్రశాంతంగా ఉండటం అలవాటు చేసుకో.

అపకారికి అపకారం చేయడం, ఉపకారికి ఉపకారం చేయడం రెండూ సులభమే. కాని అపకారికి ఉపకారం చేయడం నేర్పరితనం. మేలుకు మేలు చేయడం గొప్పతనం కాదు. కీడు చేసినవారిని దెప్పి పొడవకుండా మేలు చేయడం తెలివైనపని. అథః పాతాళానికి పోయే చెడు మార్గం సులభంగానే ఉంటుంది. కాని స్వర్గానికి ఎక్కే సన్మార్గమే ముఖ్యం. ఏటవాలుగా ఎక్కడానికి దుస్సాధ్యంగా జారుడుగా ఉంటుంది. అపకారికి ఉపకారం చేయగల వివేకవంతులు ధన్యాత్ములు. ప్రపంచంలో ప్రత్యక్ష దేవతా మూర్తులు వీరు.

('సమయజ్యోతి' - సౌజన్యంతో)

# నిజమైన మిత్రుడు ఎవరు?



'జతగా ఏకాంతాన్ని ఆశించే మిత్రులే నిజమైన మిత్రులు' అని ఆబెల్ బోనార్డ్ నిర్వచించాడు.

నిజమైన మిత్రుని సంపాదించుకోడం జీవితంలో ఒక అపూర్వమైన పరమానందం. ఆప్తులైన నిజస్నేహితులుగా ఉండటం బహుకష్టసాధ్యమైన మహోన్నత ఔదార్యగుణం.

మిత్రుడు అంటే?

సంతోషాలను విశ్వతోముఖంగా పంచుకుంటూ కష్టాలను విభజించి పంచుకునే నిజాయితీపరుడైన నీతివంతుడు.

మన మౌనాన్ని చక్కగా గ్రహించి అంతరార్థాన్ని తెలుసుకోగలవాడు ఉత్తమ మిత్రుడు. ఎప్పుడూ హెచ్చుతగ్గులు చూపకుండా సక్రమంగా సరైన కాలాన్ని సూచించే ఘటికా యంత్రం వంటివాడు ఉత్తమ మిత్రుడు.

మన రహస్యాలను దాచుకోకుండా వివరించుకోదగినవాడు. కాని ఒకసారి నమ్మకం పోయిందా జీవితంలో తిరిగి విశ్వాసం ఏర్పడదు.

దురదృష్టమనే అంధకారంలో దేదీప్యమానంగా ప్రజ్వలించే అమూల్య రత్నం. జీవితమనే త్రాటిపై నిర్భయంగా నడవటానికి సహాయపడే ఊతకర్ర. జీవిత శృంఖలంలో వేరుపడని గట్టి సంధానగ్రంధి. పట్టుత్రాళ్ళతో బిగించి కట్టిన కనికరాల మూట. మహాప్రళయంలో మొట్టమొదటి వ్యక్తి - ఆదరించి అభయమిచ్చే మిత్రుడే మిత్రుడు.

"దిగులు పడకుండా ఉత్సాహం కలిగి ఉండటం ఐశ్వర్యానికి మూలం."

( 8 వ పేజీ తరువాయి)

5. శీర్షికలను పరిశీలించు: అక్కడక్కడ గుర్తులు, సంకేతాలు, సూచికలు ఉంటాయి. ముందు చెప్పబోయే విషయాలను తెలియజేస్తాయి. శ్రద్ధ వహించు. ఆసక్తితో చదివి ముఖ్యమైన విషయాలను గ్రహించు. దీర్ఘ సమాచారాన్ని గానీ, విషయాన్ని గానీ చదువుతున్నప్పుడు మధ్య మధ్య ఆగు. చదివినదాన్ని సంగ్రహించుకో. మనస్సులో టూకీగా చెప్పుకో.

6 యధార్థాలు వేరు, అభిప్రాయాలు వేరు: "గత మాసం అమ్మకాలు బాగున్నాయి అనేది" ఒక అభిప్రాయం. "గత మాసం అమ్మకాలు 14 శాతం పెరిగాయి" అనేది యథార్థ విషయం.

7. విమర్శించుకో: తప్పులు పట్టాలని గాక సద్భావంతో విమర్శించుకుంటూ చదువు. మొట్టమొదట నీ మనస్సులో అభిప్రాయాన్ని విమర్శించుకో. రచయతను వివక్షతతో పరిశీలించు. ఆత్మాభిమానం వదులుకో.

8 పునర్విమర్శ: సమాచారాన్ని కట్టిపెట్టు. మానసికంగా ఒకసారి పునర్విమర్శించు. నీ జ్ఞాపికలను సరిచూసుకో. రచయత అక్కడక్కడ సలహాలను ఇచ్చి ఉండవచ్చు. వాటిని పరీక్షించు.

పరాకులేకుండా జాగ్రత్తగా చదవడం వల్ల, వివరాలను ఒక క్రమ పద్ధతిలో ఏర్పరచుకోడం వల్ల అవి మరింత సామర్థ్యవంతంగా ఉపయోగపడతాయి. నీ పనిని నీవు అతి నైపుణ్యంగా నిర్వహించగలుగుతావు. దీనివల్ల ఉత్పాదకశక్తి పెరుగుతుంది. కాలం వ్యర్థం కాదు.

## భావపరిచయపోటీ

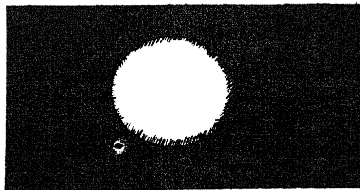
(నవంబరు 1986)

"ఆవు చేలో మేస్తే
దూడ గట్టున మేస్తుందా?"
—బి.వి.వి.వి. హైమ, వై. పాలెం,
(ప్రకాశం జిల్లా)

"పెద్దల అలవాట్లే
పిల్లల పొరపాట్లు."
—కె. శ్యామ్‌ప్రసాద్ రావు, శేషాద్రిగుట్ట,
(మహబూబ్ నగర్)

"చెప్పేవాళ్ళు చేస్తుంటే
వినేవాళ్ళు చేయడం వింతా."
—వి. శంకర్ అప్పాజీ, కాకినాడ.

## గ్రహణకాలంలో చంద్రుడు పూర్తిగా అదృశ్యుడు కాడు



భూమి వాతావరణం గోళాకార కటకంలా ప్రవర్తించి సూర్యకాంతిని నీడలోకి వంచడం వల్ల భూమియొక్క నీడ పూర్తిగా చీకటిగా ఉండదు. వెలుగు అసలు లేకుండా ఉండదు. దీనివల్ల గ్రహణ కాలంలో చంద్రుడు పూర్తిగా అదృశ్యుడు కావడంలేదు. కాని 1620. 1642, 1761, 1816 సంవత్సరాలలో కనిపించిన గ్రహణాలలో చంద్రుడు పూర్తిగా కనిపించలేదు.

"విరోధంతో నీలో లేచిన క్రోధాగ్ని జ్వాలలు
విరోధిని కాదు నిన్నే దహిస్తాయి."

# పాముకాటు

టి.ఎస్.ఎన్. మూర్తి

ప్రాణాంతకమైన పాములలో భారత దేశము నందు త్రాచుపాము మొట్టమొదటిది. దీని తరువాత ప్రాణాపాయకరమైనవి రస్సెల్స్ వైపర్ Russell's viper, సాస్కేల్డ్ వైపర్ (Saw-scaled viper). త్రాచు పాము విషం నరాలలో చేరుతుంది. వైపర్ విషం రక్తంలో చేరుతుంది.



నాగుపాములు, క్రెయిట్లు, సముద్రపు పాములు (Sea snakes) కోరలు గాడీలతో పొట్టిగా ఉండి పాము పై దవడలో కదల కుండా ఏర్పడి ఉంటాయి. వైపర్ల కోరలు పొడవుగా ఉండి కదులుటకు వీలుగా ఉంటాయి.

పాములు విశ్రాంతిగా ఉన్నప్పుడు ఈ కోరలు అంగిడిలో వెనుకకు మడచుకుని ఉంటాయి. ఇవి కరవడానికి ప్రయత్నించి నప్పుడు నోరు తెరుస్తాయి. నోరు తెరచిన వెంటనే కోరలు ముందుకు తెరుచుకుంటాయి.

సామాన్యమైన త్రాచుపాము 150-200 మి.గ్రా.ల విషాన్ని కక్కుతుంది. దీంట్లో 15-20 మి. గ్రా. లు పెద్దవారికి ప్రాణా పాయం కలిగించటానికి చాలు. విషపుజాతి పాములలో కోడె త్రాచుకి విషం చాలా అధికం. సుమారు 500 మి. గ్రా. లు దాకా ఉంటుంది. రస్సెల్స్ వైపర్ 250 మి గ్రా. ల దాకా విషాన్ని క్రక్కుతుంది. దీంట్లో 40-70 మి.గ్రా. ల విషం మరణం కలిగిస్తుంది.

సాధారణంగా 18 అ.ల పొడవుగా ఉండే సా స్కేల్డ్ వైపర్ క్రక్కే 30 మి.గ్రా.ల విషంలో ఏ కొద్ది పరిమాణమైనా మహా విషంగా పరిణమించి చంపేస్తుంది. వైపర్ విషం 15 చుక్కలు మరణాంతకం. ఇక సముద్రపుపాము (Sea snake) విషం ఒకే ఒక చుక్కకు 5 మంది మనుష్యులను చంప గల శక్తి ఉంది!

భారతదేశ మందంతటా వ్యవసాయ కార్య కలాపాలు ముమ్మరంగా జరిగే వర్షాకాలంలో చాలామంది తరచు పాముకాట్లకు లోనవు తున్నారు. సాధారణంగా సాయంకాలం పూట గానీ, చీకటి ముసుగులో గానీ పాములు కరవటం జరుగుతుంది. ముఖ్యంగా ఈ సమయాలలో మరణాంతకమైన పాము కాట్లకు సాధారణంగా మనదేశపు క్రెయిట్ (krait) ముఖ్య కారణం. నేలమీద క్రింద పడుకునేవారిని ఇవి ఎక్కువగా కాటే స్తుంటాయి. మామూలుగా సాధువుగా కని

(మిగతా 77 వ పేజీలో)

"జ్ఞానము ఏకత్వమునేకు, అజ్ఞానము భిన్నత్వమునకును దారి చూపును."

# పోటీలు

(జనవరి 1987)

ిడమ్' పోటీలలో ఎవరైనా పాల్గొన
ఏ ఎంట్రీ కా ఎంట్రీ విడిగా పావు
సైజుకు తగ్గని కాగితం మీద
ాలి. ప్రతి ఎంట్రీ మీదా అడ్రసు
'లి. ఒకే కాగితం మీద ఒకటి
ఎక్కువ ఎంట్రీలు వ్రాస్తే పరిశీ
బడవు. సరియైన లేదా మేలైన
ు చాలా ఉంటే లాటరీ పద్ధతిలో
న ముగ్గురు విజేతలకు రూ. 15 లు,
లు, రూ. 5 లు ఖరీదుచేసే పుస్తకాలు
ుతులుగా పంపబడును. విజేతల
లో సంపాదకునిదే తుది
ు. ఎంట్రీలకు 'పోటీ కూపన్' (ఒక
చాలు) అంటించి పంపాలి. ఒక
తో ఒకేసారి ఎన్ని ఎంట్రీలయినా
మ్చును. ఎంట్రీలు అందవలసిన
తేదీ: జనవరి 20, 1987. పంప
చిరునామా: పోటీల నిర్వాహకుడు,
ు 'విస్‌డమ్', 9, దేశికారోడ్డు,
ూరు, మద్రాసు - 600 004.

—సంపాదకుడు.

## వ్యాసం

ాజుకు - నాణ్యత విజయానికి
'' అనే అంశంమీద 300 మాటలకు
ుండా వ్యాసం వ్రాసి పంపండి.

## క్విజ్

1. సర్కారియా కమిషన్ దీనికి సంబంధపడి ఉంది:

(ఎ) వెనుకబడిన జాతులు, (బి) కేంద్ర రాష్ట్ర సంబంధాలు, (సి) నదీజలాల వివాదాలు, (డి) ఇవి ఏవీకావు.

2. గుజరాత్ రాజధాని ఏది?

3. నాగార్జున సాగర్ డామ్ ఈ నదిపై నిర్మించబడింది:

(ఎ) కృష్ణా, (బి) నర్మదా, (సి) కావేరీ, (డి) పైవి ఏవీకావు.

4. భోపాల్‌లో గ్యాస్ ప్రమాదానికి కారణమైన విషవాయువు:

(ఎ) ఐసో-మిథైల్, (బి) క్లోరీన్, (సి) కార్బన్ మోనాక్సైడ్, (డి) మిథైల్ ఐసో-సైనేట్.

5. సినగాగ్ (Synagogue) ప్రార్థన మందిరము వీరికి చెందినది:

(ఎ) బౌద్ధులు, (బి) జ్యూలు, (సి) క్రిస్టియనులు, (డి) పార్శీలు.

6. దక్షిణ ఆసియాలో మొట్ట మొదటి గొట్టపు రైలు మార్గము (Tube Railway) ఇక్కడ ప్రారంభింపబడింది:

(ఎ) ఢిల్లీ, (బి) కలకత్తా, (సి) ఇస్లామాబాద్, (డి) బొంబాయి.

7. భారతదేశంలో ఆ యా రాష్ట్రాలకు గవర్నరులను ఎవరు నియమిస్తారు?

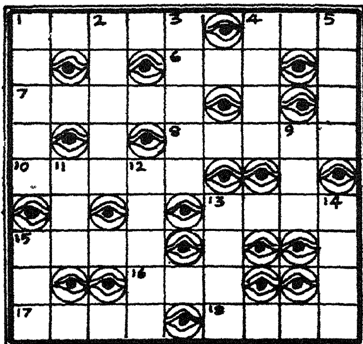
(ఎ) రాష్ట్రపతి, (బి) ప్రధానమంత్రి,

(సి) చీఫ్ జస్టిస్. (డి) ముఖ్యమంత్రి.

8. ఇన్సులిన్ దీనికి ప్రసిద్ధమైన ఔషధం:

(ఎ) మధుమేహం. (బి) క్షయవ్యాధి, (సి) మలేరియా, (డి) పైవి ఏవీకావు.

## పజిల్



ఆధారాలు - అడ్డం: 1. పెద్ద పెద్ద విద్యార్హతలు లేకపోయినా సమాజంలో విజయవంతంగా జీవించడానికి ఉండవలసినది, 4. చివరగా వచ్చిన లెక్క మొత్తం, 6. వీడియో చేపులకు బదులుగా ఇప్పుడు వీటి ఉపయోగం ఎక్కువ ప్రచారంలోకి వస్తూంది, 7. క్రొత్త మాటలను సృష్టించడానికి ప్రదర్శింపబడే ఎక్కువ ఉత్సాహం, 8. బాగుగా నెలకొన్నవి అని అర్థమిచ్చే మాటలో అక్షరాలు చెదిరిపోయాయి, 10. చెదిరిపోయిన గజనిమ్మకాయలు, 13. మరణము లేనివాడు, 15. జాబులు 'చిత్తగించవలెను'తో అంతమైతే దీనితో ప్రారంభమవుతాయి, 16. ఎక్కువ మాటలు చెప్పే మాటరి కాదు, పొంచుండి ఎక్కువగా జంతువులను చంపే షికారి, 17. దీన్ని దిద్దుకునే హైదవ సాంప్రదాయం ఈనాడు ముఖ్య సౌందర్య సంస్కారంగా పరిణమించింది. 18. 'కమలాక్షు నర్చించు కరములు' ——.

నిలువు: 1. ఆధునిక సంస్కార సంపర్కం లేకుండా ప్రాచీన సాంప్రదాయాలతో జీవించే గ్రామవాసులు, వనవాసులు మొదలైనవారు, 2. సంబంధము, 3 సహజవనరులు విస్తారంగా లభించే దేశాలు దీనిని విదేశాలకు ఎగుమతి చేసి ఉపయోగానికి సిద్ధంగా తయారైన వాటిని దిగుమతి కావించుకుంటాయి, 4. వెళ్ళ్య. 5. యోగ్యతను తెలియజేసే వచనము లేక పత్రము, 9. మబ్బుపట్టి విడువకుండా కురిసే వానజల్లు, 11. నూలు వడకడానికి దేశవాళీ సాధనం, 12. బాగా పెరిగిన వేపచెట్టు అని అర్థమిచ్చే మాటలో అక్షరాలు కలిసిపోయాయి, 13. యంత్రాల విడిభాగాల కూర్పు సరిగా లేకపోవడం వల్ల అవి సరిగా పని చేయకపోవచ్చు, 14. ప్రథమా విభక్తి ప్రత్యయాలు, 16. లక్ష్మీ భర్త విష్ణువు.

### 'స్పిన్‌స్టర్' పదం ఉత్పత్తి

ప్రాచీనకాలపు ఆంగ్లేయులలో పెళ్ళికాబోయే ఆడపిల్లలు నూలు వడుకుతూ (Spin) తమకు కావలసిన పెళ్ళిబట్టలు తామే నేసుకునేవారు. ఆడపిల్లలందరూ ఇలా నూలు వడుకుతూండటంవల్ల వారిని స్పిన్‌స్టర్స్ అనేవారు. అలాగే మనదేశంలో కూతురుచేత ఇంట పశువుల పాలు పితికించేవారు కాబట్టి కూతురుకి దుహితా (పితుకునది) అనే పదం ఏర్పడింది.

"చదివి వేదశాస్త్రోపనిషత్తుల సత్త తెలియనిది పదవి కాదు"

## తెలివికి పరీక్ష

1. ఈ క్రిందివాటికి తెలుగు భాషలో 'కొంప' అనే పదం జాతీయంగా ఎలా వాడ బడింది?

(ఏ) జరుగకూడనిది జరగడం, (బి) ఒకరి ఇంటచేరి వారి తిండితో బ్రతకడం, (సి) తగాదాలు పెట్టేరకం మనిషి, (డి) ఆస్తిపాస్తులు లేకపోవడం.

2. ఈ క్రింది వరుస పేర్లలో సరిపడ నిది ఏది?

గోవింద, విష్ణు, పార్థ, మధుసూదన

3. క్రింద సూచించిన వరుసలో తరువాత వచ్చే సంఖ్య ఏది?

81, 9. 72, 9. 63, 9, —

4. టెన్నిస్ ఆటలో ఈ వరుసలో వచ్చే తరువాతి సంఖ్య ఏది?

0, 15, 30, —

5. రోజాపూవును చూస్తే అది రోజా పూవు అనే జ్ఞానం ఎలా కలుగుతుంది?

6. జగద్గురు శ్రీ శంకరాచార్యుల వారి జన్మస్థలమేది?

7. వేమన పద్యాలను ఆంగ్లంలోకి అనువదించి పాశ్చాత్య పండితులకు పరిచయం చేసిన మొట్టమొదటి పాశ్చాత్య పండితుడు ఎవరు?

8. గందము పుయ్యరుగా పన్నీరు ॥గం॥
తిలకము దిద్దరుగా కస్తూరి తిలకము
దిద్దరుగా"

ఈ పాట వ్రాసినవా రెవరు?

పో

1. గుజ్జు
(బి), క్రుంగు
2. కుదురు
(బి), పొందిక (
3. గుండిగ:
నోరుగల లోహపా
(సి), గొంతు (డి).
4. గప్పాలు: అప్
జంబాలు (బి), వాసనలు (సి),
మాటలు (డి).
5. గార: ఇసుక చేర్చి దంచి
(ఎ), డాగు (బి), పట్టు (సి), మా
6. ఎక్కటి పరాపేక్ష లేనివాడు (ఎ),

( 74 వ పేజీ తరువాయి)

పించే త్రాచు రాత్రిపూట బాగా చూడగలదు. చంపాలనే దృఢ నిశ్చయంతో గురి తప్పకుండా కాటేస్తుంది. చేపలను పట్టే బెస్త వాళ్ళు తెలియకుండా పొరపాటున సముద్రపు పామును తొక్కగానే చేతి వ్రేళ్ళమీదగానీ, కాలి వ్రేళ్ళమీదగానీ, కాలి చీలమండలం మీదగానీ కాటేస్తుంది.

పాము కాటువల్ల భారతదేశంలో ప్రతీ సంవత్సరం 10,000 మొదలు 15,000 మంది మరణిస్తున్నారు. ఆంటీవెనిన్ (లేక ఆంటీ వెనెన్)ను నరాలలోకి ఇంజక్షన్ ఇస్తే రోగి తేరుకుని బ్రతక ఉంది.

"రామకథా సుధారసం బొక రాజ్యము

) ..నిది (పి),

..(ఎ), ఆధా
..), ఎగురకొట్టు
..:
.. (ఎ), అవ్యక్త
..గా జీవిం..బాలతో రంగరించి
..రగా వచ్చి ..దము (పి), అతి

## ..ఖచిత్రవ్యాఖ్య

..మాటలకు మించకుండా ఈ వంచిక ..నికి తగిన శీర్షిక వ్రాసి పంపండి.

## పాఠకులఅభిప్రాయాలు

..దైనందిన జీవితంలో మీకు ఎదురయ్యే ఏ సంఘటనను గురించి అయినా 15 మాటలకు మించకుండా చమత్కారమైన వ్యాఖ్య వ్రాసి పంపండి. ఉత్తమ వ్యాఖ్యకు రూ. 5 లు. ఖరీదు చేసే పుస్తకం బహుమతి.

## మీరైతే...?

"అందంకన్నా ఆర్ద్రత మిన్న" అంటే మీరు ఏం చేస్తారు? క్లుప్తంగా చమత్కారంగా ఉండే జవాబు వ్రాయండి.

## జేబు గడియారాలను మెడలో ధరించేవారు

..ధ్య యుగంలో ఇసుక గడియారాలను ..కు కట్టుకునేవారు. మొట్ట ..ంత్రిక గడియారం గుర్రంమీద మోసుకు పోవలసినంత పెద్దదిగా ఉండేది. తరువాత స్ప్రింగులతో తయారైన చిన్నరకం జేబు గడియారాలు వాడకంలోకి వచ్చాయి. వీటిని సాధారణంగా జేబుల్లోనే ఉంచుకునేవారు. కొంతమంది మెడకి ఆభరణంగా వాడేవారు. నగలను తయారు చేసేవారు వాచీలను రకరకాల పతకాలుగా తయారు చేసి ఉంగరాలకు, చెవిరింగులకు కూడా అమర్చే వారు. సర్వ సాధారణంగా విస్తారంగా వాడకంలోకి వచ్చినవి రిస్టు వాచీలు! ('మిషా' సౌజన్యంతో)

## భావపరిచయపోటీ





8 మాటలకు మించకుండా పైనకనిపిస్తున్న చిత్రాలను పరిశీలించి చమత్కారమైన లేదా ఆలోచన రేకెత్తించే శీర్షికను సూచించండి.

..ఈశ్వర సామ్రాజ్యాన్ని అన్వేషించు, ..నీకు సర్వము లభింపగలదు."

# పోటీలు-ఫలి

(నవంబరు 1986)

**వ్యాసం-విజేతలు-మొదటి బహుమతి:** పి. ఆదిలక్ష్మి, గుంటూరు; రెండవ బహుమతి: కుమారి పి. అపర్ణ, తెనాలి; మూడవ బహుమతి: పి. మోహన్, కోరుకొండ.

**క్విజ్-జవాబులు:** 1. (బి) కుషీనగర్, 2. (ఎ) మహారాష్ట్రులు, 3. (డి) ఫిలిప్పైన్స్, 4. (డి) నైవేలి, 5. (డి) పార్లమెంటు, 6. (ఎ) కోళ్ళు, 7. (ఎ) మెదడు, 8. (ఎ) 1947 ఆగస్టు 15 న జవహర్‌లాల్ నెహ్రూ.

**విజేతలు - మొదటి బహుమతి:** మహరణా ఉమేష్, విశాఖపట్టణం; రెండవ బహుమతి: ఎస్. సత్యనారాయణ, వీణవంక, (కరీంనగర్ జిల్లా); మూడవ బహుమతి: కె. వేణుగోపాల్, మామిళ్ళగూడెం, (ఖమ్మం జిల్లా).

**పజిల్ - జవాబులు - అడ్డం:** 1. శ్రీరామరక్ష, 6. బిరబిర, 7. అవనీశుడు, 8. పుష్పకము, 10. రచపుకాకారుముర్కలు, 12. సనారద, 13. అర్ధహారము, 14. దబాయింపు, 15. కాలుష్యములు.

నిలువు: 2. రాజీవలోచనా, 3. రమేశుడు కాద, 4. ఖరపుష్పము, 5. సరళములు, 8. పురుషార్థములు, 9. కర్మధారయము, 10. రసవాదము, 11. పురమాయింపు.

**విజేతలు - మూడవ బహుమతి:** వి. ఇందిర, హైద్రాబాద్.

**తెలివికి పరీక్ష - జవాబులు:** 1. (ఎ) వ... పొత్తు ... పెండ్లి కు... ఫర్ అయి... ఇల్లు కుదరలే... కుదురుతుంది; ... బందోబస్తు, (సి)... హుషారు, 3. 32, ... దానికి వర్గము కట్టి 2 క... (బ్రాకెట్టుకి కుడి ఎడమ స... వచ్చిన మొత్తమును 3 చే గ... 6. (సి) మహమ్మద్ ఇక్బాల్, ... కురవలేదు కాబట్టి, 7. (బి) పల్ల...

**విజేతలు:** రెండవ బహుమతి... వి. ఎస్. ధర్మేంద్రకుమార్, నెల్లూరు; మూడవ బహుమతి: భీమనాతి వరేశ్, కోరుట్ల (కరీంనగర్ జిల్లా).

**మాటల మహిమ - జవాబులు:** 1. పాద్యమి (ఎ), బుద్ధి (బి); 2. త్రీ (ఎ), మొట్టమొదట సరకు అమ్మగా వచ్చిన సొమ్ము (సి); 3. తిను (ఎ), భుజించు (బి), ఎంగిలి తిను (సి), కుక్కతిండి (డి); 4. అన్నము (ఎ). సంకలనం చేయు (బి), కలిసియుండు (సి), లభించు (డి); 5. వెదకు (బి), బియ్యము మొదలైనవి వీళ్ళలో వేసి రాళ్ళులేకుండా శుభ్రము చేయు (సి); 6. అడవి (ఎ), ఎండాకాలంలో చల్లెడు వరి... దాన్యము (బి), ఉప్పు (... 7. గుప్పమనే...

"ద్వేషశక్తి కంటే ప్రేమశక్తి కోటిరె...

...గెలలో కొన్ని
ముఖ్య), అత్తము
ప్ర

...మతి: కె.
...) ...నంతపురం
...వి ...త్తి వెంకట
... (మూడవ బహు
...), ...ఖపట్టణం.

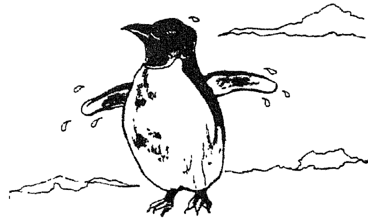
...యి మొదటిబహుమతి:
జీవిం...రుపల్లి (విజయనగరం
...వచి ...మతి: ధూళిపాళ కామే
...క్ష...యవాడ; మూడవ బహు
...కె. చక్రవర్తి, నరసరావ్‌పేట,
...టజిల్లా).

...కి ప్రకుల అభిప్రాయాలు: రెండవ
బాగు... కె. శ్రీనివాసులు, తనకల్లు,
...నంతపురం జిల్లా); మూడవ బహుమతి:
కోరాడ దుర్గారావు. చీపురుపల్లి, (విజయ
నగరం జిల్లా).

మీరైతే....? - మొదటి బహుమతి:
సౌదామిని. వెలుగువీడు, (కర్నూలు జిల్లా):
రెండవ బహుమతి: కుమారి సి. అపర్ణ,
తెనాలి; మూడవ బహుమతి. జి. గురునాథ
బాబు ఆదోని, (కర్నూలు జిల్లా).

భావపరిచయ పోటీ: మొదటి బహు
మతి: బి.వి.వి.వి. హైమ, వై. పాలెం
(ప్రకాశం జిల్లా): రెండవ బహుమతి: కె.
శ్యామ్‌ప్రసాద్ రావు, శేషాద్రిగుట్ట. మహ
బూబ్‌నగర్; మూడవ బహుమతి: వి. శంకర్
...కినాడ.

# అంటార్కిటికాలో పరిశోధక కేంద్రాలు



అంటార్కిటికాలో 45,000 మిలియను పీపాల నూనె, 115 ట్రిలియన్ ఘన అడుగుల ఇంధన వాయువులు, ప్రపంచంలో మిక్కిలి పెద్ద బొగ్గుగనులు ఉన్నాయి. ప్రస్తుతం అంటార్కిటికాలో స్థాపితమైన 39 పరిశోధక కేంద్రాలను సంవత్సరం పొడుగునా 15 వివిధ రాజ్యాల వారు నిర్వహిస్తున్నారు. భారతదేశం శీతకాలంలో పరిశోధనలను నిరంతరంగా కొనసాగించడానికి తమ స్థిరపరిశోధక కేంద్రం దక్షిణ గంగోత్రిని 1983-84 వ సం.లో అంటార్కిటికా యాత్రలో స్థాపించారు.

మొట్టమొదట అంటార్కిటిక్ వలయాన్ని 1773, జనవరి 17 న దాటిన రిసెల్యూషన్ ఓడలో ప్రయాణం చేసిన నావికా బృందంలో మొత్తం 193 మంది ఉన్నారు. వీరికి కెప్టెన్ ఇంగ్లండు దేశస్థుడైన జేమ్స్ కుక్. 1820, జనవరి 27 వ తేదీన అంటార్కిటిక్ మంచు షెల్ఫ్ (Shelf) ను తొలిసారి చూచిన వ్యక్తి రష్యాదేశస్థుడైన కాప్టెన్ ఎఫ్. ఎఫ్. బెల్లిగ్సా హాసేన్.

"...ట్లాడుట సులభమే, కాని ఆచరించుట దుర్లభము."